婦人衛生雜誌

大正二年五月二十日發行

第二百（）十二號

婦人衞生雜誌

第二百八十二號目次

私立大日本婦人衞生會

六月例會通知

來る六月七日(第一土曜日)午後一時半より神田區一ツ橋通り共立女子職業學校內に於て本會例會相開き左の講話有之候間御知友御誘引御出席被下度候也

ドレスデン萬國衞生博覽會見聞談

藥學博士 石津利作君

大正二年五月

私立大日本婦人衞生會

前髪心の覇王 美人印ヘーヤロール

弊店製造の特許ヘーヤロールは原料を遠く濠洲に仰ぎ新歸朝者美容術界の明星たる岡崎エン子女史が母國への土産として持ち來りしものに大改良を加へ衛生と經濟とを兼備したる逸品なる事貴婦人界既に定評あり

ヘーヤロール前髪心壹個の目方

壹尺中	貳匁四分
壹尺貳寸大	三匁四分
壹尺五寸極大	五匁五分





衞生歌

これは孫眞人の衞生歌といふのでありまず、固より支那の古い醫學思想に本づいたものでありますから、餘程奇怪な觀がありますけれども、試みに和譯して諸姉の一粲に供します。

天地の間人を貴しとなす。頭は天に象り足は地に象る。父母の遺體宜しくこれを保つべし。洪範の五福壽を最となす。衞生切に要す三戒を知ることを、大怒大慾並に大醉。三のもの若し還て一あらば、須らく防ぐべし眞元の氣を損することを。長生を求めんと欲せば性を戒むべし。火出ざれば心自から定り。木還火を去れば灰を成さず、人能く性を戒むれば還命を延ぶ。貪慾窮なく精を忘却す。心を用ふること已ざれば元神を失ふ。形を勞すれば中和の氣を散盡す。更に何に仗てか能く此身を保たむ。心太費するが若き費すれば則ち勞す。形太勞するが若き勞すれば則ち怯す。神太傷するが如き傷すれば則ち虛す。氣太損するか若き損すれば則ち絕す。世人衞生の道を識らんと欲せば、喜樂常有て瞋怒を少くせよ。心誠に意正しうして思慮除き、理に順ひ身を修めて煩惱を去れ。春噓へて目を明かにし夏心を呵し。秋呬し冬吹すれば肺腎寧し。四季常に呼すれば脾食を化す。三焦嘻出すれば熱停り難し。髮は多く梳るに宜しく。氣は斂るに宜し。齒は數々叩くに宜しく津は嚥むに宜し。子死せざらむと欲せば崑崙を修せよ。雙手揩摩常に面に在り、春月酸を少くし甘を食するに宜し。冬月苦に宜しく鹹に宜しからす。夏月辛を增し聊か苦を減じ。秋來つて辛を減じ少しく酸を加ふ。季月鹹にす可く甘は略戒む。自然に五臟平安を

保つ。若し能く全く誡すれば身康健なり。滋味偏に多ければ病なきこと難し、春寒うして綿衣薄からしむること莫れ。夏月汗多くば須らく換著すべし。秋冬冷を覺えなば漸く加添へよ。病生ずるを待て縱に藥を服すること莫れ。夏月のみ調理し難きことあり。伏陰內に在り冰水を忌む。瓜桃生冷少しく餐ふに宜し。秋冬に至て瘧痢を成すことを免る。心旺し腎衰ふ色避くべし。腎を養ひ精を固うし常に節制すべし。常に充實せしめて空虛にすること勿れ。日食須く知るべし油膩を忌むことを。太飽けば神を傷り饑れば胃を傷る、太渴けば血を傷り多ければ氣を傷る。饑て餐ひ渴で飮む太過すること莫れ。膨脹を致し心肺を損することを免る。醉後强て飮み飽て强て食ふ。此の二の者を去れば疾を生ぜず。人飮食に資て以て生を養ふ。其の甚しき者を去れば自ら安逸なり。食後須らく百步の多きを行くべし。手にて臍腹を摩すれば食消磨す。夜半靈根淸水を灌ぐ。丹田の濁氣切に須らく呵すべし。飮酒は以て情性を陶すべし。劇飮過多ならば病あることを防げ、肺は華蓋たり倘し傷を受くれば、咳嗽神を勞し能く命を損す。愼で鹽を將て茶に點じ去ること勿れ。分明に賊を引て其家に入る。下焦虛冷し人をして瘦せしむ。腎を傷り脾を傷り病加はるを防げ。坐臥風の腦後を吹くことを防げ。腦內風を受くれば人壽からず、更に兼て醉飽して風中に臥す。風五內に入て災咎を成す。鴈に序あり犬に義あり。黑鯉北に朝するは臣禮を知る。人禮義無く反て之を食ふ。天地鬼神俱に喜ばず。體を養ふには須らく當に五辛を節すべし。五辛節せざれば反て身を傷る。虛陽を引動して發せしむること莫れ。精竭き容枯て百病侵す。家に在ると外に在るとを問はず。若し迅雷風雨大なるに遇はば。急に宜しく端肅にして天威を畏るべし。靜坐心を澄して須らく謹戒すべし。恩愛牽纏して自由ならず。利名繫絆して幾時か休む。些子を放寬して餘福を留めよ。中年早く白頭を致すことを免れむ。天を頂き地に立つこと容易に非す。飽食煖衣寧ろ愧ざらんや。極なき

恩に報ひ難きを思量して、朝夕香を焚て天地を拜せよ。身安く壽永き事如何。胸次平夷にして積善多し。命を惜み身を惜み兼て氣を惜まば、請ふ君熟く玩べ衛生の歌。

叢談

感冒に對する自然の保護裝置

ドクトル　ブルック述

A、S、譯

吾々の身體の表面は、日常の生活に於て諸種の感作を被むるものでありますが、その中でも寒冷の刺戟と云ふものは最も最大のもので且つ最も普通のものに違ありません。然るに自然は、一定の裝置に依てこれを防護しやうと努めて居ります、實際又防護して居る、能くその目的に適合して居るのであります。その防護裝置の第一は身體の表面を包んで居る所の皮膚でありまして、これが寒冷の危害を防ぐに與つて大功がある。且つ誠に善くしたものでありまして、成人の皮膚は小兒より強く發達して居り、男子に於ては女子よりも粗硬であり、勞働者の皮膚は學者の皮膚よりも抵抗力が強いと云ふやうな譯で、凡て最も多く外に曝らす所には最も強くなつて居ります。ある衛生家は、寒冷の刺戟に對する保護裝置として、非常に皮膚に重きを置き、吾々人間の祖先と云はるるアダムの皮膚と、今日の衛生學の要求に適ふて居る所の衣服の間には少しも等差がないと申して居ります。實際試驗をして見た結果に據りましても、衣服を著た人も裸の人も溫を失ふことは同じで、只衣服を著て居れば、皮膚に血液が澤山參りますので溫かであるが、裸であれば血管が收縮します爲に血液が少く皮膚は冷たいと云ふだけで、その失ふ溫の量

は同一であります。

皮膚の各層は、一部は理學的に、一部は化學的の作用に依て寒冷の感作に對して人間を保護して居るのであります。表皮は、その組織學的の構造に依て、刺戟に對抗するには最も都合が好くなつて居ります、即ち血管も神經もない組織でありまして、冷たい水や乾燥した冷氣の侵入に抵抗するのであります。これで以て、その下に在る感覺性の眞皮が保護されると云ふことは明かなことであります。この表皮の側の自然の保護は、その最上層が、僅かに顯微鏡でなければ見ることの出來ぬ程小さな斷裂を來しても防護の役はしないのであります。普通の狀態に於きましては、上皮の細胞は、冷水の作用に依て膨れまして、液體は浸通りませんが、この上皮の不通性は、その上に在る所の皮脂に依て一層高められ、寒冷の作用に對しても大に保護するのであります。且つ只今申述べました所の上皮の特異構造は、皮膚より汗が迅速に蒸發する途中に當て、上部の組織層が乾燥せぬやうにし、又上皮をして溫の不導體たらしめて、體溫の經濟上に大功を呈して居ります。彈力に富み、軟かで、神經に乏しい所の脂肪膜は、溫の不導體として、內部の器官の冷却を適度に防いで居るのであります。

毛髮も亦溫の不導體でありまして、矢張り體溫變化に對する外部の保護裝置であります、殊に動物に於きましては、毛髮は自然の被覆でありまして、體溫經濟上極めて重要のもので、その季節に應じて適合して行くことは吾々の見る所であります。人工的に氣候を變化せしめる、例へば熱帶の動物を寒帶に移殖し、或は反對に寒國の動物を暖國に持て參りますと、その毛衣は漸次それに適當の變化をするのであります。人間の皮膚の毛も往々相當に發達することがあります。

盛に發生した髭は、一種の自然呼吸器とも稱すべきものでありまして、斯樣な人がそれを剃落しますと風を引くと云ふことがあります。尙ほ顏の毛は如何

に感じ易き顏面を保護して居るかと云ふことは、營てペルンハルトと云ふ人が觀察した所に據りますと、婦人、少女、小兒或は頬髭のない男子には、顏面麻痺が著しく多いと云ふことであります。

又皮膚は腺に富むで居りまして、これが一方に於ては排泄作用を營み、又一方に於ては、水分或は瓦斯の吸收を營みまして、感冒に對する防禦をなし、體温經濟に與つて居るのであります。此の如く皮膚が氣體を收吸し或は排泄する所の作用は、これをペルスピラチオーンと申しますが、その本來の性質を考へますと、肺の呼吸作用と別種のものではないのであります、故に皮膚は呼吸器の中に數へても差支がない、或は肺の補助器官と見做すことが出來るのであります。皮膚の表面より發散する所の水蒸氣は、その成分に就ては不明の點もありまするが、兎に角體温が高まれば著しくその量を增し、體温が降れば又著しく減ずると云ふことは、吾々の知つて居る所であります。皮膚の發散に依て少なからざる水分が蒸氣の形にて身體より排泄されて居ると云ふことは、その水蒸氣を冷たい物體、例へば鏡の如きものに沈澱させて見れば分かりますが、吾々が皮膚が温かで然かも汗の出ぬ程の時に、急に冷氣に觸れますと、別に外から濕氣を引きませんでも皮膚が濕うのを見ても解かります。

種々の學者の檢査成績に據りますと、中等の温度で普通の生活法に於ては、一日六百六十瓦の水分を皮膚表面から排泄すると云ふことでありますが、此際矢張緊張の差の關係から呼吸作用が行はれる、比較的薄い膜を以て血液が外界から隔てられて居る所には呼吸作用が行はれるのであります。

これから考へて見ますと、身體表面が血液に富んで居るだけ排出される瓦斯の量は多い譯であります、所が皮膚の血液の多少は、皮膚の毛細血管の口徑、皮膚の筋肉の收縮力及び心臟の力に關係して居るものであります。

外部より作用する所の寒冷は、皮膚の筋肉を收縮せ

しめ、これに依て皮膚に一種の感覺を起さしめて鳥肌にするのみならず、特に血管壁の輪走筋の興奮に由て、著しく血管の内腔を狹くして皮膚を蒼白にし貧血の狀態を呈せしむるものでありまして、溫暖の作用とは丁度反對になるのであります。

排出される所の發散物の量は、尚ほ呼吸する所の皮膚の表面及び各人の血液の貧富に依て一定の影響を蒙むるものであります、身體の大小、體重、年齡及び男女等に依て一定して居る所の生理的の變動はこれに由て說明しなければならぬのであります。

皮膚の呼吸は、暖かに身體を被ふて居る時には盛になり、輕く著て居る時には少ないのであります。又氣壓も、皮膚の發散に大に影響するものでありまして、或は興奮せしめ或は抑壓的の刺戟を與へて、それが中樞器官より皮膚の方に傳達される。兎に角皮膚呼吸は、餘程普通の呼吸を補助して居ると云ふことは確かなことであります。

前述の如く皮膚の發散に依て體外に排出される所の水分や瓦斯の量は、案外に多量なものでありますから、若しこれが妨げられる時には、健康上に影響を及ぼす、加之ならず生命に危害を及ぼすに至るのであります、所謂自家中毒を起すに足るのであります。

汗腺と云ふものは、澤山の毛細血管に圍まれ、神經中樞の直接支配を受けて居るものでありまして、これが、生活に重要なる生理的作用を營むと云ふことは確かなことであります。

皮膚の表面が、一定時に發散するよりも多量の水蒸氣を出しますときには、その一部分は所謂汗となつて皮膚の上に留るのであります。皮膚の發散は絕えずありますけれども、その量が少ない爲めに直ちに蒸發してしまつて目に見えませんけれども、汗はその量が多い、而して液狀を呈しますから目に見えると云ふだけの違であります。この汗の分泌にも、一定の條件がありまして、周圍の空氣が乾燥して居れば高まり、それが濕潤して居れば降り、新しい乾燥した氣流或は風に由ては分泌を催進されるのであり

ます。

又稀薄なる空氣の中に於ては、矢張發散が迅速になりまして、體に水分が澤山分泌されても少しも皮膚に汗を見ないのであります、例へば高山等に於て見る所の現象であります。

皮膚の血管に血液に富んで居れば、それだけ汗の分泌も增すものであります。周圍の溫度が高ければ汗の分泌を增す、或は血壓が高まるとか、溫浴を取るとか、衣服の如く溫の傳導を妨げると云ふやうなときには、凡て汗の分泌量を增します。

溫が蓄積致しますと、一定度の收縮狀態にある所の末梢血管が弛緩して、その結果血液の充盈を來します。

又心臟の働を高め從つて血流の速度を早める所の原因は、これと同時に汗の分泌を高めるものであります。この狀態からして、多くの場合に於て見る如く疲勞した人は、これと同時に汗をかき、容易に感冒に罹る傾があると云ふことを說明することが出來ます。

尙ほ汗の分泌を增すのは、皮膚の筋肉の弛緩した時であります。即ち溫の作用の下に起る所であります

これに反して寒冷の下には收縮する、此の時には汗の分泌は減じます、卽ちその結果皮膚の表面は短縮し、周圍の皮膚層より血液は深部の方へ追込まれ、從つて汗の分泌が妨げられるのでありまして、これは感冒の起るに關係あることゝ見なければなりません。

こゝに尙ほ一つ考ふべきことは、汗の多少は人に依りて大變差異のあることであります、これには個人個人の性質、素因と云ふものが關係して居りましてある人は非常に速かに多く汗を出しますが(多汗症)又ある人は少しも汗をかゝない、或は容易に汗を出さない而してその量も少ない(無汗症)と云ふことがあります。

汗腺は、身體の後面よりも前面の方に多數にあります、又下肢よりも上肢に於て能く發育して居るもの

であります。皮膚の發散の感覺はありませんが、これは絶えず微量の水分を少しづゝ蒸散せしめて、溫を皮膚に止め體溫の均衡を保ち、急劇の減降に依て寒冷の影響を蒙らぬやうに保護して居るのであります。（以下次號）

飲食物の溫度に就て

飲食物の溫度に就ては、普通餘り顧みられぬやうである、熱いものが好きだと云ふて、器物を手で持つことも出來ぬ程の熱い藥物を口で吹きながら飲む人もあれば、胸に痛を覺える程の氷水を飲む人もあるその間の溫度の差は隨分大きいもので、人間の生きた身體、殊にその薄い消化器の粘膜もなか〳〵強いものである。然しこれは決して身體の爲に宜しいことではない、これが爲に知らず〳〵危害を受ける、飲食物は、その溫度に依て、消化の善惡にも影響すれば、又往々これが直接身體を害することがあるから、病人の飲食物に就ては勿論のこと健康人日常の飲食物に於ても一考しなければならぬ事である。稀に稍や熱に過ぎ或は冷に過ぐるものを飲食しても格別の害を受けなかつたからと云ふて、毎日これを反復すれば消化器を害することは必然である。實際これが爲に齒の疾患、食道の病、特に胃の潰瘍、胃加答兒、胃擴張などゝ云ふ諸種の病氣を起し、少なくともその誘因となることのあるのは事實である。一般には、稍や熱い食物或は飲物は、決して身體に害が無いと云ふても宜しい。然し習慣性に熱い物でなければ食べぬと云ふやうになつては、往々治癒り難く或は全く治癒らぬ所の慢性疾患の原因となるものである、故に飲食物の調理には、物の煮へたか未だ煮へぬか、或はこの食品は何度の溫で何時間煮たならば丁度宜い加減になるかと云ふことを知る上に都合が好いのみならず、健康上適當の溫度を定むるに就ても檢溫器を用ゆることは大に奬勵すべきことであらうと思ふ。

食物に依ては、餘り温度が低くつては味の悪いものもあるけれども、普通食べ加減よりせいせい五度か十度高くすれば澤山である、これ以上高くする必要はない。

味噌汁或はその汁物及びソップ等も決して沸騰する程に熱くして食膳に据えべきものでない、特に小兒は、總て温食さし、決して熱食せぬやうに慣さなければならぬ、熱食をするのは確かに一つの悪習慣であつて、小兒に斯様な習慣をつければ、通常の人は殆んど堪へられぬ程の温度を丁度宜い加減に感ずるやうになる、これは容易に癖のつくものであつて、適度の温度でも不味と稱するやうになる。

一體普通健康の人間の血温は、攝氏三十七度、即ち列氏寒暖計の二十九度である。故にこれと同じ温度或は略ぼこれに近い食物の温度が最も適當な譯である、哺乳兒の食物、即ち母乳の温度はその模範である、唯一の正しい食物の温度と云ふべきである。この温度であれば、胃液の消化作用は最も速に起り身體の温調節を煩はすこともなく、胃粘膜に少しも異常の刺戟を與ふることはないのである。又歯の琺瑯質や口の粘膜を害することもない。

渇を止める爲めの飲料としては、攝氏の十度乃至二十度の温が最も適當である。多數の人は、渇いた時には極度に冷たいものな飲むだならばさぞ宜しからうと思ふが、それは只感情であつて、渇は決して單に寒冷に依て癒さるゝものではない、と云ふことを忘れてはならぬ。併し同一の人にあつて、全く同一温度の飲食物も、必しも何時も同一の冷温或は熱の感覺を覺ゆるものではない。これには食物の種類、殊にその硬度が關係して居る。故に餘り熱いとか、餘り冷たいとか云ふ意味は、一定の温度を以て定めることは六ケしいのである、けれどもメンデルゾーンと云ふ人は、これを次の如く確定した。即ち大抵の人は、攝氏五十五度以上の固形食物、攝氏五十八度以上の液體を口にするときは燒くるやうな熱さを感ずる、又攝氏六度乃至七度半以上の食物或は飲物を口にすれば、歯に痛いやうな冷たさを感ずると

云ふのである。實際液性の食物であつても攝氏五十五度以上になれば、一寸堪へられぬ位である。若し食物或は飲料に依て直接身體に温を輸入しやうと思ふときには、その物を血温よりも僅かに十度乃至十二度程温めれば、十分その目的を達することが出來る。それで前記の堪へ得べき温度の境は超さないのである。これに反して食物或は飲料に依て清涼を得んと思ふならば、血液の温度よりも低くつて滋養になり且つ味よく食べらるゝ飲食物を取れば宜しい、例へば牛乳、バタミルク、菓物の汁、リモナーデ、冷肉、ハム、燻肉その他野菜等である。

熱い飲食物と冷たい飲食物とを急に變換することも甚だ宜しくない、例へば温食後の氷と云ふやうなことは宜しくない、害がある。

井戸の水及び泉の水の温度は、大抵攝氏八度から十六度の間にある。これが攝氏の十二度半からは冷たく快く感せられる、八度になれば餘程冷たいが、六度乃至七度半に至れば不快を覺ゆる程に冷たく感せられる。水も攝氏二十一度に至れば最早清涼を覺えない、故に飲料水の最も快き温度は、健康者に於ては先づ攝氏の十二度半位のものである。

人工的に炭酸を含ましめた鑛水、即ちサイダ、ラムネの類は、同じ温度でも普通の水よりは冷たく感せらるゝものである。即ち攝氏八度乃至九度の温では氷のやうに冷たい。十二度半でも不快な程冷たい。若しこれを六度以下に冷やすならば極少しづゝでなければ嚥込めぬ程冷たく感せられる。故に此種の飲料は、十四度乃至十六度を以て最も適當の温度とする。

牛乳は、攝氏の十六度乃至十八度で最も良い味である、哺乳兒には温かならず冷たからず、即ち三十五度乃至三十七度と云ふ所が最も適當し、それより稍や成長した小兒では三十五度乃至四十度の範圍で宜しい。

麥酒も鑛水と同じく攝氏の十四度乃至十五度で快く清冷を覺える、若し八度に至れば氷のやうに冷たく

感せられる。最も快き麥酒の温度は、十二度乃至十五度、高くとも十六度、その間に於て最も味が宜しい。

葡萄酒はその種類に依て一定し難いが、先づ十度より十七度の間、シャンパンは八度乃至十度が最も飲心地が良い。シャンパンは氷に罎をつけて二度か三度に冷却すれば、固より口の中で冷感を起すが、併しこれは不快な冷たさではない。

茶、珈琲、ショコラード、カカオ、肉汁その他のソップ類は、攝氏四十三度乃至五十度が最も食べ加減である。茶や珈琲は温度の高まるに從つて興奮作用が高まることは注意すべきことである。

茶や珈琲を以て渇を癒さうとするときには、十度乃至十八度の温が最も適當である。

醫師が食餌攝生上の處方をするときには、その症狀に依て種々温度を變化しなければならぬが、先づ普通の飲食物の温度に就ては、右に述べた位の所を標準として間違はない、尙ほ寒暖計を一本求めて、何に限らず飲食物の適當の温度を計つて見ることは頗る有益な事であらうと思ふ。

森林と衞生

ドクトル　E、O、述

以上の狀況から考へて見ますと、森林の酸素製造に就ては、普通の人は少しく買被つて居ると云ふことが分かります。獨逸のエーベルマイエルと云ふ人は、この邊の事について種々の研究をした人でありますが、その人の著した植物の生理的化學と云ふ書物の中には次のやうに記して居ります。

一ヘクタール（約一町二十五歩）の森林は、その木及び葉の有機質中に、平均總計大約三〇〇〇キログラムの炭素を蓄積する、その中一六〇〇キログラムは木に、一四〇〇キログラムは葉の中に蓄積する。而してこれだけの炭素量を同化するには、繁茂期、即ち五個月、百五十日の間に、毎ヘクタール一一〇〇

○キログラム、即ち五六九六立方メートルの炭酸を大氣中から攝取しなければならぬ、故に毎日三七・一三立方メートルの炭酸を大氣中から取つてこれを分解する譯である、而してその代りに毎日略ぼ同容積の酸素を大氣中に出す。且つエーベルマイエル教授自ら言をなして云ふに、この三十七立方メートルの酸素は一ヘクタールの廣袤と二十メートルの高さの森林の空氣の全量に對しては何んなものであらう。これだけの大さの森林とすれば、約二〇〇〇〇〇立方メートルの空氣を含むで居る、且つ外の空氣から鎖されて居る譯ではなく、寧ろ交換及び風に依て絶ず更新されて居るのである。斯う申して居ります。又この先生は、斯う云ふことを證明して居ります、これはその他の研究家の計算も大抵一致して居るのでありますが、一人の成人が、その呼吸に依て一年間に消費する所の酸素は、三ヘクタールの草木ある面積から生ずる所の酸素に相當する而して一人の人間が呼出する所の炭酸は、この森林の木や葉を作るに必要だけの炭素を供給するに足る。一人の成人は一日平均九〇〇〇リーテル(一リーテルは五合勺餘)の空氣を呼吸する、その酸素の含量は一八〇〇リーテルである。これだけの量の酸素の四分の一を消費して、その代りに百倍量の炭酸を呼出する即ち四・三八プロセントに當る。尚ほこれに煮炊する燃料に依て生ずる所の炭酸を加へれば、四人暮しの家で、その人々の呼吸、煮炊等に依て、一ヘクタールの森林の生産に要するだけの炭酸を一年に空氣に出し、その代りにこの森林が空氣に與へるだけの全體の酸素を消費するのである。

右の如き計算で以て行けば、日本は存じませんが、獨逸の森林調査に依てこれをその人口に割當てゝ見ますと所要の酸素を充たすに足りません、併しこゝに一つ注意すべきことは、これは單に森林の面積から割出したのでありまして、その他の一切の植物を加へて考ふれば、酸素の生産は裕に餘りあるのであります。所で更に一つ考ふべきことは、酸素を消費

するのは獨り人間だけではない、總ての動物をもこれに加へなければならぬ、さうすると云ふと、植物の生産物は、動物の生活に要する所の一切のものと競爭するに足るとは云へなくなるのであります。

是に由て之を觀れば、森林に衛生上大なる意義を與ふるものは、酸素の含量ではない、これは寧ろ空氣の清淨と云ふことが第一である。硝子管の中に綿或は濡れた砂を入れて、空氣を通せば、容易にその中に含まれて居る固形の混合物を除くことが出來るこれは誰れも知つて居る所の實驗であります。即ち空氣を濾過するのである。森林も矢張りこの濾過作用を營むのであります、風が持て來る所の塵埃及び黴菌の如きものは、無數の木の葉や小枝に留められて森林の空氣は濾過されるのであります。即ち前の硝子管で行ふ所の實驗の大袈裟なものと思へば宜しいのである。これに由て森林の空氣は、海や山の空氣が衛生上偉大の效能があると云はれると同樣の價値を有することゝなるのであります。實際森林の空氣には殆ど有害の瓦斯や、煤烟、塵埃、幺微機生體等を含むで居りません。

森林の空氣には、この外に尚ほ一つ衛生上重要のことがある。即ち清涼と云ふことであります。鬱蒼たる樹梢は日光の照射に對する最も有力の防禦であつて、綠陰四隣を被ふが爲めに、所謂森林の氣を生じ、彼の清爽の氣溫を成すのである。加ふるに、前章已に述ぶるが如く、樹木の内には水液の運動がある、水蒸氣の發散がある、これには常に溫を消費するのであります。要するに梢に依る日光の蔽遮と、その水蒸氣の發散と、この二樣の影響に依て森林の爽快なる清涼の氣を生ずるのであります。これに反して夜間は、その樹陰の作用は、土地及び森林の空氣の溫放散を緩和にする。故に吾人は、樹陰に依て二樣の利益を享ける譯で、氣溫の劇變は著しく緩和にせられる、殊に炎暑の候にあつては、一しほその快きことが感ぜられるのであります。實に森林なく草木なき熱帶の地は、これ地上の地獄と云ふべきもので

ある。

次に森林の衛生的關係に於て誇稱せらるゝものはオゾーンである。オゾーンは特殊の酸素であつて、普通の酸素よりもその化學的の作用が強いと云ふことが特徴である。これは電氣の放電に際して生ずるもので、殊に所謂靜的放電に際して、一極より他の極に向てやうやく見ることの出來る火花を發する、暗い所では紫に閃く所の火花を發する、この時に最もよくオゾーンを生じて、燐のやうな一種の臭を發するものであります。このオゾーンは酸化力が強いのでありますから、殺菌作用並びに防臭作用がある譯であります。實際オーゾンは肉の臭、汗の臭、惡臭の呼氣及びこれに類似の惡臭を消す、即ち臭を全く除く力があるのであります。それからオゾーンは再び酸素に變じますから、空中の酸素を増すことになります。然るに矢張前のエーバルマイエル教授の研究に據りますと、樹の間、直ぐその上、それから森林の近圍の空氣は、平均森林內部の空氣よりも餘計にオゾーンを含むで居ると云ふことであります、これはつまり森林內部に於てはオゾーンの一部分は腐朽した植物に依て消耗されるからである。オゾーンは一般に海とか、野とか、森の近くとか或は山の上とか、凡て空氣の清潔な所でなければ無い、オゾーンの存在する所は清淨な處である。空氣の不潔なる處、即ち腐敗などの行はるゝ所では、有機物の酸化の爲にオゾーンは皆消費されてしまふのであります。

以上の事實よりして、固より過大に買被つてはならぬが、兎に角森林の衛生上の意義は確かに科學的の根據を得たものであります。尙ほ最後に忘るべからざるは、森林の美的の價値であります、されば直接算數に上ぼすことの出來ぬ廣大無邊の價値であります。森林の美を歌ふことは詩人に任せるとして、兎も角も森林は純眞の享樂の場所である。少年の自由なる花園である。老人の神聖なる祭場である。森林は疲勞せる精神を癒し、心氣を清爽ならしめる。古來偉大なる決心、往々寂寞たる森林の中に於て出來

た、高遠なる宗敎的瞑想も小暗き森林の中に於て行はれたのである。然れば森林は單に吾々の外部の健康の爲のみならず、又以て內部の健康の爲に必要である。若し日曜日などに、時には一家擧つて森林に出掛けるならば、その翠綠の間に於て、金錢を以て得ることの出來ない樂みと利益とを得ることが出來るに相違ない、これは都會に生活して居る人々には特に必要なことである。而して今は丁度その好時節である。

上流の婦人に多き病（承前）

醫學士　中村芳助

消化器病

消化器と申しますと、上は口より下は腸の下端までの管でありまして、これに肝臟及び膵臟が附屬するのでありますが、その道中が長いだけに此處に起る病氣の數もなか〳〵少なくない、然しそれが男子に多いか女子に多いかと云ふことになりますと、口の惡いものは、それは無論女子に多い、女子は食意地が張つて居るからなどと申しますけれども、實際どちらが多いか一寸分かりません、女子に多い病氣もあれば男子に多い病氣も御座います。ずつと上の方から申しますと、口から咽頭の病は比較的婦人に多いやうに思はれます、先づアフタと申しまして舌の尖や口脣や齒齦などに白い斑を生じてその周りが充血し、非常に痛があつて物を食るに困難する病氣がある。これは多く哺乳兒に起つて、これが出來れば小兒は哺乳するに痛みがありますから乳を飲まなくなり、大に困るものでありますが、婦人にも往々起ることがあります、殊に姙娠、授乳及び月經時に起ることがあります。これは口腔の不潔その他の刺戟が誘因となるのでありますが、要するに一般に身體の虛弱な人が冒され易いのであります。成人に於ては別に疑ふべき程の病氣でもありません、固いものや熱いものを食べないやうにし食後には硼酸水か

薄い枯礬水で口を洗ひ、硼酸硼砂グリセリンなどを塗つて置けば、大抵四五日乃至一週間位で治癒するものであります。

それから咽頭加答兒、殊にアンギーナと申しまして軟口蓋から咽頭にかけて赤く腫れて、物を嚥込むに痛みがあつて、難儀することがあります。これには又急性のもの傳染性のものがありまして、寒けがしたり熱が出たりして隨分重態になることがあります。さうなるとなか／＼苦痛は甚しい、自分で罹つたことのある方は、他人が見るよりも案外つらいものなことが御分りでせうが、これも御婦人方に多いやうである。矢張身體の薄弱と云ふことが冐され易い原因であります。急性の場合には漸に牀に就き、食物は全く液性のもの、殊に冷した牛乳を用ひ、頸の周は冷水或は氷嚢を以て冷し、鹽剝水、明礬水或は重曹水などを以て含嗽或は吸入を致しますが、これも注意しませんと反つてその刺戟で惡くするやうなことがありまするし、場合に依ては、扁桃腺を腐蝕したり或は燒灼したり切つたりしなければならぬ必要もありますから、醫師の治療を受くべきものでありますが、兎に角不斷身體を強壯にし抵抗力を強くすると云ふことが何より肝腎であります。

次には胃病、これは一般から云ふと、女子よりも男子に多いやうに思はれる、つまり男子は女子よりも暴飮暴食、特に酒を澤山飮むとか、凡て飮食の不攝生が多いからでありませう、然し女子の方は、運動不足、又貧血と云ふやうなことから急性、慢性の胃加答兒が起ります。その症狀は大體どなたも御承知のことでありますから、別に申上げませんが、御婦人方に於ては、この運動不足、貧血と云ふことが基で、それに少しく飮食物の不攝生が加はれば容易に胃加答兒を起すと云ふことだけを御注意申上げて置きます。

それから胃潰瘍と申しまして、胃の內面を破つて居る所の粘膜に圓い創の出來る病氣が御座います、これは非常に疼痛の強いものでありまして、血液を吐

くこともあり、甚しい時には、その潰瘍が段々深くなつて、遂に胃に孔があき、その爲に死ぬる、或はそれ程に至らずとも、治癒するときにその部分が縮んで胃の形を變化せしめて、食物の通りを惡くし、延いて胃擴張など丶云ふ難儀な病氣を惹起すことがあります。胃潰瘍と云ふ病氣は、何でも食物を食べれば直ぐ痛む、殊に少しく不消化の食物を食べれば劇痛を發して、とても堪へられぬ程の痛が起り、これが爲に食物が恐しく厭せられるやうになるものであります。この病氣は確かに男子よりも女子に多い、ある人は、女子に多きこと男子に比してその二倍であると申して居ります。胃潰瘍の原因は病理學上では大分面白いことで、種々の議論も御座いますが、通常重要の原因の中に數へられて居りますのは、萎黄病、これは我邦には少ない、眞の萎黄病と云ふものは日本には無いと云ふ人も御座いますが、西洋には非常に多い、西洋では年頃の女は大部分萎黄病に罹るかと思はれる程多い、つまり甚しい貧血を起して來る病氣であります。それから過熱の食物、即ち餘り熱い食物を食べるのも、胃潰瘍を起す誘因になると云ふことであります、それで飯炊女中などに多い、即ちこれは煮炊をしたばかりの熱い物をつまみ食ひするからであると申しますが、女中とか下女とかに限らず、我邦の人は一般に熱食好きでありますから、これは餘程考へなければならぬ事と思ひます。それから結核、黴毒などがあれば起り易い。又澱粉性の食物ばかり食べて居ると起り易い、常に澤山酒を飲む人も罹り易い、その他胃部を強く打つとか、劇しい嘔吐をするとか、外傷を受けて後に發することもある。それから大火傷を受けて後に胃潰瘍の起ることもあります、その他種々の事がありますが、御婦人方の氣をつけらるべきことは、一體に胃潰瘍は男子よりも女子に甚だ多いこと、貧血、及び過熱の食物は本病の主なる原因の中に數へられて居ると云ふことで御座います。

胃癌は女子よりも男子に多いやうである、併し女子

にも無い譯ではない可成あります、殊に老人に多いことは御承知のことゝ存じますが、この原因は未だ確かになつて居りません。併し下賤の人よりも所謂上流の人に多い、美食者に多い。又遺傳の關係もあると申すことで御座います。神經性の胃病、例へば神經性の嘔吐とか、噯氣とか、又胃痙攣とか云ふものは、貧血、神經衰弱、比斯的里、生殖器の異常などから關係して居ることが多いので、自然婦人に多くなります。

胃の方はこの位にして置きまして、次には腸に移ります。腸の疾患、殊にその重いものは女子よりも一般に男子に多いやうでありますが、腸の狹窄とか、痔核とか云ふものは、女子特有の原因から起ると思はるゝものがありますから少しお話致して置きます。急性及び慢性の腸加答兒は、胃加答兒と同樣、男女に拘らず、飮食物の不攝生をやれば起りますが、女子には便祕の傾ある人が大變に多いやうに思はれます。これも主として運動の不足と云ふことが第一の原因であらうと思はれます。便祕あれば、頭痛がするとか、氣分が惡いとか、又痔疾なども起り易く、諸種の障碍が起りますから、勉めて治ほすやうに致さなければなりません、卽ち野菜、果物などを適度に食べ、或は按腹し、又運動する等のことが必要であります。場合に依ては下劑を用ひなければならぬこともありますが、下劑の種類は幾種類もありまするし、中には特に婦人には注意を用するものもあると云ふ次第ですから、これは醫師の處方に據るべきものであります。その他の腸の疾患としては、盲腸炎であるとか、腸の狹窄であるとか、直腸の癌腫であるとか、隨分危險の病氣もありまするが、これ等は槪して男子の方に比較的多いけれども、婦人にも無論少なくない、而して婦人に於ては子宮及びその附屬器の方の病氣から腸に故障を來すやうなことが間々ありますので、何うか致しますと、醫師も患者も共に診斷を誤るやうなことが御座います。

最後に痔と云ふものも男子の方に多いが、女子では

便秘、子宮の後屈及び子宮の腫瘍、妊娠等が痔疾の原因をなしまするし、只居て美食する人にも起り易いのであります。これは大抵どなたも御承知のことと存じますが、痔靜脈と云ふ肛門の近くにある靜脈の一部が膨出し、往々出血し、或はその周圍に膿瘍を作り孔があいて所謂痔瘻を成すと云ふやうな譯で、なか〳〵苦痛の多い疾であります、これは第一便通をよくすることが肝要で、若し大きくなるとか、出血するとか、炎症を起すとか或は排便時に脱出して非常に苦惱すると云ふやうなことがあれば早速外科的の手術を受けて、早く癒しませんと、ます〳〵苦痛を增し難治の難症となるものであります。消化器病のお話は此處を以て終りと致して擱きます。

育兒

兒童の救急手當法

醫學士　藤井秀旭

卒倒

卒倒といふのは、眼を廻すことで、急に腦貧血が起る爲であります。

症狀　身體の表面が蒼白になり氣を失ふことがあります。其の起つて參ります時には、身體が何となしに衰弱を覺え、不安を感じ、苦しくなつて來、眼前が闇くなり、耳がガン〳〵鳴つて來、物體がぐる〳〵廻つて來る、身體は冷汗でびつしよりになり、顏、脣は死人の樣に青ざめ、筋肉が急に緊張が弛む爲、卒然として大地に倒れるのであります。卒倒の名はこれから起つたのでありますが、又徐々に倒れるこ

こもあります。

此の時卒倒者の四肢を觸つて見ますと、何等抵抗を感じません、全く弛緩して居ります。呼吸は有るか無しかに微弱に、脈は觸れにくい位になります。卒倒中多くは意識を失ひ、痛覺、視覺、聽覺は全く止み、瞳孔が開いて光をあてゝ見てもそれが小さくはなりません。

斯ういふ有様が數秒から數分續いて、徐々に復た眼をあき、呼吸を吹きかへし、顔色が赤味がさして來て、意識が確かになつて來ます。

原因　千差萬別の原因がありますが、急に血を失ふた時、身體の內の水分を失つた時、心臟病や神經過敏症に罹つた時に起り、劇場や寄席の樣な多人數の寄合つて空氣の惡くなつた時、着物を堅くしめつけて呼吸がしにくい時、其の他長い間起立して居るとか、行軍の時とか、酷い痛とか、驚愕とか、恐怖とかの樣な精神感動によつて誘發せられます。

其手當　身體を水平にし、頭部を下げ、衣服、帶などをゆるめ、窓を開け、障子、唐紙をあけ放し、家の內ならば冷しい部屋、戸外ならば木蔭の所へ移します。

輕症の場合には皮膚や粘膜を刺戟して呼吸運動竝に心臟の機能が恢復する樣に努力します。之を行ひますには顔、胸に冷たい水を灌注し、冷水、醋水、ブランデーの類で、額や顳顬部を摩擦し、手掌、足蹠を刷毛の類で摩擦するのであります。

重症の場合には以上の手當の外、人工呼吸法を行ふ必要があります。人工呼吸法は後ちに申上げることに致します。

卒倒の所稀に嘔吐が來ることがあります。此の時は上體を少し高め、頭を少し側方け、濕らしたガーゼを指に卷きつけて卒倒者の口腔、咽喉を拭ひます。

卒倒者が氣がつき、物をのみ込むことが出來る樣になつてから茶殊に濃いよいお茶、葡萄酒、ブランデーの樣なお酒類、ホフマン氏液（酒精一分、エーテル三分よりなる液體）を飲ませます。ホフマン氏液

は大人ならば十滴から十五滴計り、小供ならば年齢相當の分量例へば七、八歳の小兒ならば四、五滴、十一、二歳ならば七、八滴を砂糖水の中に滴下して飲ませます。

氣が附いたならば徐々起さなければなりませぬ。急に起しますと復た卒然する懼があります。

人事不省

これは卒倒と同じ性質のもので、卒倒のもつと酷くなつたのが人事不省であると云つてよいのであります。

症狀　人事不省に陷つた者は、腦の機能が全く止つて意識がなくなります。それが一時性のこともあり、又長く續いて昏睡の狀態に陷つて、呼吸の有り無しさへも不分明で、殆んど死人同樣と云つてよいやうになつて來ます。これがもつと酷くなると、卽ち假死に陷るのであります。人事不省の者は眼が見えず、耳が聞えず、痛い、痒いの感覺がなく、身動きもせず、死人の如く橫つて昏々として長夜の眠に陷るので試みに其の手足を持ち上げて手を放てば棒でも落ちる樣にばつたり落ちるのであります。唯微弱な呼吸、脈搏によりて生きて居ることがわかる位であります。

原因　其の原因には、いろ〳〵ありますけれども、主として、(1)卒倒より來るもの、(2)高い處から落ちたとき又は廊下の廻り角等で衝突して頭を打つた時に起る腦震盪、(3)熱のある傳染病、(4)痙攣、(5)體內に生ずる毒の爲めの中毒卽ち自家中毒例へば糖尿病、腎臟病、(6)酒の中毒等から起るものであります。

其手當

種々の病氣により人事不省が來る故一定の手當がありませんが、槪して申しますると

(1)容勢を正しくし衣服の緊迫を緩るめ顏色が蒼白であれば頭を下げ、反對に顏色が赤ければ枕を高くすること、(2)吐氣のある時は頭を橫にすること、(3)身體に傷の付かないようにして、疊の上に寢かし、(4)呼吸がとまり相なら人工呼吸を施すのであります。

尙、腦震盪より來た人事不省に就いて、特に注意すべきことは、前にも申したやうに、高い處から落ちた時、廻り角でぶつかつた時等に起るので、酷く目を廻して、必ず嘔吐を催します。故に一般の、人事不省の場合には、戸外なれば木陰の場所に移して、其處で手當をすることが大切でありますが。腦震盪の場合はこれと反對で、決して動してはならないので、倒れた其の場所で手當を施さなければならぬのであります。そして、上向に寢かせて頭を高くし、帶をゆるめて、血の出る處や、骨の折れた處の有無に注意して、若しありましたならば、相當の外科手當を施さねばなりません。又、頭は氷嚢か冷水器法にて冷すことが大切であります。一般に人工呼吸は、身體に傷のない場合に限つて行ふのであります。

人工呼吸法

人工呼吸とは、自然には出來ない呼吸を人の助けによつて、體內の呼吸をなさしむるものであります。其の方法には、ホワルド氏の法といふのもジルベステル氏の法といふのと二つあります。普通に行はれて居るのは第一のホワルド氏の法で、仕方も簡便で、一人でなし得る方法でありますから、こゝでは第一の方法に就いて說明し、第二の方法は說明だけでは稍々難解の處もあるように思はれますから省略する事に致します。

先づ、患者の衣服をゆるめ、又は脫がせ上向に寢かせて、腰と肩との間にある窩みの處へ、衣物をまるめて入れ、身體を水平にして置きます。これから人工呼吸を施すのでありますがそれより先きに舌を引き出し、手巾か何かで縛つて頤の所へ固定して置くのであります。

次に施術者は患者の上にまたがつて、拇指を心窩部に當て、他の指は肋骨弓の處へ當るようにして、二秒おき位に其の處を壓しつけるのであります。つまり壓しつけて居る時間が二秒位、離して居る時間が二秒位づゝで、都合一分間に十五回位になる譯であります。

總て人工呼吸は、息が聞こえるようになるまで中止してはならないので、醫者の來るまでは一時間でも二時間でも續けて行はなければならぬのであります

假　死

假死に陷る原因にも種々の場合がありますけれども、假死の患者と云ふものはさう澤山に起きるものではなく、或は皆様とは沒交渉の事柄かも知れませんが、然し一生の間には、何時さういふ場合に遭遇せないとも限らないものですから、一通り說明を試みて置きます。

もと〳〵卒倒と人事不省と假死とは、原級、比較級最上級の地位にあるもの〻ありまするけれども、此の三つは恰度輪のようになつて居まして、何處が卒倒と人事不省の境なるか、何處が人事不省と假死との境なのか明らないのであります。假死が一般上になりますと、いよ〳〵本當の死になるので、これを醫者の方では眞死と申して居ります。

症狀　假死の現象は千差萬別でありますが、全體から云ふと、息が絶え〳〵になつて、殆んど氣息がないと云つてもいひ位に達して居ります。脈は絲脈と云つて極く微かなものが下に感ぜられるばかりであります。假死の感覺の有り無しを檢査するにも藥を呑ましたり、蠟燭の蠟をたらしたりして、辛じて知ることが出來る位であります。

假死と眞死とを見定めるには、全くに死に陷つた時の有様を申上げて、それから推して考へて頂きます眞死には第一死斑といふ青赤色の斑點が、身體の下に向つた方に生じます。第二には手足が固く強張つて居る、これを死後強直と云つて居りますが、ある宗教では死骸へ土砂をふりかけるのは、此の死後強直を除く爲めに外ならぬのであります。

第三の證候は眼であります。眼の緊張が失はれて、指で壓すと、指の跡が附きます。第四は腹部が腸の腐敗の爲めに、穢い色を呈します。又、一種の厭やな臭氣が發します。これを死臭と云つて居ります。總て斯ういふ腐敗が眞死に陷つた證據なのでありま

す。かうなればもう蘇生の見込はないのであるから假死の間に於いて、出來得る限りの手當を施さなければなりません。

其の原因

假死の原因には種々ありますけれども、其の主なるものは、(1)溺水、(2)首くゝり、(3)首を絞められた場合、(4)土の下に埋られた場合、(5)有毒の瓦斯を吸ふた場合、(6)凍へた場合、(7)電氣に觸れた場合、(8)喝病、日射病、熱射病、(9)やけど、(10)物を呑み損つて氣管の方へ入つた場合等でありまして、小學校や幼稚園では殆んどないと云つてよいのでありますけれども、然し決してないと云ふものではないのでありますから、其の手當を一通り申上げて置きます。

(1)　溺　沒

症狀　これは水や土が氣道へ入つて、息がつまつた爲めに起る假死であります。顏が紫色がかつた赤色に變じて來ます。この色をチアノーゼ(Cyanose)と云つて居りますが、恰度寒い風に當つた時に變つて來る脣の色のようなのであります。眼の周圍には青斑が出來、脣は紫黑色になり、皮膚の光澤を失ひ、口や鼻の中に泡沫を滿ち氣管や、肺や、胃に水が這入つてゐる、水の中へ落ちてから氣を失つたものだと、口や鼻から水を吐き、水に落ちない前に氣を失つたのは水を吐かないものであります。此の者は顏色が蒼白く、弛緩見え、口中には少し許りの泡沫を含んでゐる。水を呑まない方が助ける望が多く、又、時間によつて助け得る望も違ふのですけれども、然し三四時間入つて居ても、未だ眞死に陷らないことが往々にあるのですから、出來るだけの手當をせなければならぬのであります。人工呼吸の如きも四時間以上は間斷なく續けなければなりません。そして尙、息をふき返へさなければ、その時は本當に死んだものと思つていゝのであります。

其手當

水から引き上げた者を取扱ふ上に要する注意は衣類を脱がして、心窩部を取扱者の膝に當てゝ、頭を

下げて施術者の手掌を溺没者の額にあてゝ首をそらせ、右の手で溺没者の脊を壓しつけるのであります。さうすると、呑んで居る水を吐き出しますから、今度は人工呼吸に移るのであります。勿論施術に先ち、口中や氣道に這入つた泥を清潔に拭ひとつて置かねばなりません。人工呼吸を行つて呼吸が出來るようになつて來ましたなら、今度はフランチルのやうな衣類で全身を摩擦するのであります。其の擦り方は、手足や頭の方、即ち心臓に遠い末梢部から心臓の方へ向つて、逆に擦るのであります。そして、足の所へ湯たんぽ、温石をあて、だん／＼氣息が確になつて來、物が飲める様に氣がついた處で濃い茶なり、コーヒーなりを呑まするのであります。惡い茶は餘り效能がありませんけれども、玉露の様な良い茶には、コフエインといふものが多量に含まれて居まして、これが心臓には非常によい藥なのであります。

(2) 縊首

縊首といふのは索繩を頸に纏絡けてぶら下り、自分の重みで頸を緊扼て窒息して死を云ひます。又扼首と、絞首との二種があります。扼首とは手や物で咽頭を壓しつけて絶息せしむる場合で、絞首とは繩で締める場合をいひます。日本では小學校生徒の自殺などは殆んどないのでありますが、西洋ではこれが非常に多いのであります。參考の爲めに其の手當を一通り説明して置きます。其の手當先づ、木の枝などへ繩を掛けて首をくゝつて居る場合でありますと縊首者を一方の手で確乎抱いて置いて繩を切り放すのであります、其の儘繩を切りはなしてはならないので、繩を切りはなすと往々身體に傷がつきますから、さういふ事のないやうに十分注意が必要であります。

次に爲すべきことは、粘膜を刺戟することであります。刺戟とは一の機關を外からつゝいて働かすやうにすることを云ふのであります。それには紙捻のようなもので鼻腔をつゝいたり、硇砂精を手巾にたらして鼻の所へ持つて行つて行き筆の様なもので喉頭

をくすぐり、足の腓腸へ芥子泥を貼るのであります。其の他氣通してよい所に移し、上身を少し高くして臥かせそして人工呼吸を盛んに行はなければなりません。

③ 埋沒

これは山や、家が崩れたりした爲めに其の下になりて氣を失ふのであります。これは出來るだけ早く掘り出すことは勿論、次に口や鼻や耳や眼の中に入つて居る石礫を綺麗に出してしまつて、骨の挫けた處がないかといふことを、十分に檢査して、さういふ傷害のないことを確めてから他の場所へ動かすことが大切であります、骨の挫けて居るのも氣附かずに、無暗に動しますと、折れて居る骨が食い違ひになつて、治療に困難を來すのであります。次に人工呼吸を行ふのであります。

④ 瓦斯に因る窒息

これは有毒なる瓦斯を吸つた爲に起るものであります。又燈用瓦斯のみではなく、地下室、古井戸、酒藏等の中へ入つた場合にも、よくあることなのであります。勿論、燈用瓦斯の活栓を開けて置いた爲めや、ストーブの爲めにも毒せらるることが、まゝ有ることで、佛蘭西のゾラと云ふ有名なる小說家が夫妻共に、其の爲めに生を失つたといふこともある位でありますから、瓦斯の活栓は每日非常に注意をして、嚴格に鎖して置かなければならないのであります。瓦斯の爲めに窒息する者は、初め呼吸ぐるしく、頭痛がして來て、目が廻り、遂には運動の力もなくなり、感じもなくなります。そして顏がはれぼつたくなつて、紫色に變じて來ます。眼球結膜が充血して、瞳孔が黑く變色して居ます。そして脈がとぎれ〳〵になつて來ます。(總て脈の微かになつてとぎれて來るのは、心臟の弱くなつた證據で、又脈のとぎれるのを醫者の方では結代と名けて居ります。)脈がだんだんと少くなつて來すと、仕まいには痙攣を起して、假死に陷つて遂に眞死に到るのであります。

有毒瓦斯の籠つて居る室へ入るには、室へ入る前に

十分深呼吸をして息を止め、酢を浸したハンカチを口に當て、先づ第一に戸若しくは窓を開くのであります。燈火其の他の火の氣のあるものを持つて入ることは絶對に可けないので、ダビー氏のランプといふやうな特別の仕掛けをしてあるものは差支ありませんが、普通の家にはこれを備へてあるといふことは餘りありませんから、總て火を持つて入ることを嚴禁した方がよいのであります。

其手當

先づ第一に窒息者を室外の空氣の流通よき場所へ出し衣類を脫がせて、顏や胸に水をふり掛けるか、又は冷水の纏絡を施すのであります、腓腸部や、背部や胸部に芥子泥を塗り、又硇砂精の樣な臭の強い藥をかゝせます。若し室外へ運ぶことの困難な場合は室內の空氣を出來る限り入れ更へるやうにせなければならぬのであります。

次に、頭を高く寢かし、若し氣息が絶え〲になつて居ましたならば、人工呼吸を施すのであります。

それで氣がついて來ましたならば、今度は前と同じく、いろ〱の興奮劑を呑ましめるのであります。

茲に最も注意すべき事は、患者を眠らせないやうにすることであります。或は聲を掛けるとか、お茶を呑ますとか、葡萄酒を呑ますなどして、努めて眠らせないやうにせなければなりません。

以上は燈用瓦斯の洩れた場合でありますが、古井戸の中へ落ちた者を助けに入るやうな場合には古井戸の底には、いろ〱な瓦斯が溜つて居るものですから、先づ其の有害瓦斯を發散せしめてしまうことが必要であります、それには、傘のやうなものを繩に結びつけて、上げ下げして空氣の流通をつけて、それから入るやうにしなければなりません。

次に、梯子を掛ける事は勿論三筋の繩を用意して、一は井戸へ入る人の背をたすき掛けに結び、一つは自分の手首を結んで置き、一つは落ち人をくゝる爲めに要する太い繩であります、又、手首を結んで居るのは、引き上げる時の報知其の他の用をなすもの

であります。引き上げてからの手當は前と同樣であります。

(5) 凍　死

寒い時に戸外へ出た爲めに死ぬといふやうなことは普通の人には餘りないのでありまして、非常に疲勞をして居る人とか、酒に醉つて居る人が、寒さに襲はれながら、道に倒れて眠つて仕まうとか、或は探險等に行つた人に往々あることであります。これは手、足、脣、鼻等身體の末梢の部分が紫色に變色して、四肢がこはゞつてゐて、耳朶、鼻尖、指趾はまるで冰塊の樣につめたく、堅く、脆くなつて居ります、脈が僅に觸れる位のもので、呼吸が微かになつて居ります。

其手當

此の場合に、一般の人から考へますと、直ぐに溫い室の中へでも入れて、身體を溫めてやればよいと思ひませうけれども、それは反つて可けないので、この場合には、衣類を脫がせて、雪の中へ埋めて、顏面を除く外は急く雪で掩ふのは一番良法なのであります。たゞ此の時に注意すべきは末梢の部分が凍えて居る爲めに、傷がつき易いので、其の取扱を叮重にすることであります。

かうして暫く雪の中へ埋めて置きますと、强張つて居る身體が段々とやわらいで來ます。すると今度は水風呂の中へ入れるのであります。溫度は攝氏十五度位が一番適當で、恰度水道の水よりも少し溫い位の溫度であります。若し水風呂に入れることが出來なければ、同溫度の水で全體を濕布するのであります。そして二時間か三時間續けて置く間に、だんだん溫度を高めて來て、攝氏の三十度位にする。今度は水から上げて、寢牀に入れるのです。これにも溫い牀は可けないので、冷い牀に入れ、そして全身を冷いもので摩擦します。かうして段々と溫めて行つて、室の溫度と共に、普通の溫度に復して行くようにせなければなりません。これで氣が確になりましたならば、今度は、葡萄酒其の他のアルコール

を含んだものや、お茶コーヒー等の刺戟劑を吞ましむるのであります。凍死は數時間或は二三日經つた後に氣のつくことすらもある位ですから、成るべく永く手當をすることが大切であります。（以下次號）

麻疹の話

醫學士　宇都野研

本年の早春から今以て東京市は麻疹の襲撃を受て居る、而して尠からぬ犧牲を奪はれつゝあるのである、私は此の機會を利用して、少しく麻疹の事を話さふと思ふ。

麻疹と云ふ病氣は、古くから世に知られ今では地球上到處に流行する病氣であるが、以前は痘瘡や猩紅熱と混同せられて居たので、漸く十八世紀頃から、此等の疾病と明かに區別せられ、獨立の疾患となつたのである。

麻疹の病原體及び感染

昔は輕症の麻疹患者の眼、鼻、咽喉等の粘液を取つて、健康者に麻疹を感染せしめた事もある、是を以て見ても病原體が患者の分泌物たる粘液の中に存する事は想像されるのであるが、今以て是を發見する事が出來ない、唯麻疹に感染する有様から想像すると極めて飛散性のもので且つ病人から離れては極めて短命なものと想はれるといふのは、未だ麻疹を經過せぬものが麻疹患者に觸接すれば、殆んど常に感染するけれども、媒介者又は品物によりて間接に感染すると云ふ様な事は極めて稀であるからである、

麻疹の經過に後にも述ぶる様に、潛伏期、前驅期、發疹期、退行期の四期に區別するが、麻疹の感染の最も甚だしいのは發疹期の前二三日であつて、發疹期にも感染力強く發疹してから十日も經ては、最早や感染の恐のないものと見ても差支ない。

麻疹は小兒病である

未だ麻疹に罹らぬ者は小兒から老人に至るまで、皆この病に冒かされるものであるが、斯く人類一般に

罹り易い病氣であつて免疫性を得るものであるから小兒期の中に殆んど皆この病と濟ます事になつて居る、從つて痲疹は小兒病の觀を呈するものである、殊に小兒の中でも三四歲位から六七歲位の間に罹るものが最も多く、哺乳兒の前半期は冒される事か稀れである、大都會では殆ど毎年ポツ〳〵痲疹患者があるけれども、夫れが時として大流行を起すのである、流行の季節は何時を限らぬけれども、やはり本年の樣に春先が最も多い樣である。

痲疹の經過

痲疹は前に述べた樣に四期に分つのであるが、潜伏期といふのは、大凡十日位で、此間には身體に何の異常もない、然るに前驅期になると口や咽頭の粘膜に發疹し、眼や鼻等にも加答兒が起る、此の期間は約四日間で、熱は初めに一度高くなり、翌日三十七度近くに下つて、再び發疹期迄熱が上り下りして續く、而して加答兒のために、眼や鼻や咽頭の分泌物が増し、盛んに乾咳が出る、而して日増しに強くなる、時とすると下痢の起る事もある、かくて感染してから十四日目で發疹期に入る、發疹期は最初頸を中心として、其上下に蚤の刺した位な大きさの赤い斑點が出來る、これが漸々上下に擴がり、同時に多少皮膚面より隆まり、大さも增して來て豌豆大位迄になるのもある、而して約二日間で全身に擴がり、三日目になると全盛期に達する、而して更に一兩日の後には色素を殘して消褪するのである、痲疹の發疹は、猩紅熱に比して大きくて、猩紅熱に見る樣な皮膚の地の色に酒を飲んだ時の樣な紅みがない、即ち皮膚の地の色は常と變らない、發疹期の熱は三十九度から四十度又は其れ以上にも達する事がある、然し大凡三日で未だ發疹の著明な中に下熱するものである、若し發疹してから四日以上熱が續いたならば餘病が起つたものと想像すべきである、發疹期には非常に小兒が苦悶する、譫語を發する事も度々あり、咳嗽が前驅期から續いて煩さく出る爲めに睡眠が妨げられ、全身が倦怠く、食慾が甚だしく衰へ殆

ど何も食べなくなる、次に退行期になると氣分がよくなつて、食慾も進み、睡眠も出來る樣になる、發疹のあとの色素は可なり長く認める事が出來る、而して小さい糠の樣な落屑が起る。餘病の出ない場合には發疹の初めから十日も經てば殆んど總べての症狀が消散してしまうものである。

麻疹の餘病

普通の麻疹の經過はざつと今述べた樣であるが、極めて輕いものもあり、又極めて重く、發疹すると共に熱が四十一二度迄も昇つて、人事不省の樣になり、其他の諸症狀も極めて重く生命を損すのもある。然しながら麻疹で死ぬのは餘病の爲である事が多い、而して餘病中で一ばん多いのは呼吸器病であつて、肺炎のために斃れるのが主である、麻疹の經過中に起る、氣管枝加答兒は肺炎になり易いものである、次に恐るべき者は實扶的里であつて、麻疹の經過中は抵抗力が極めて減じ居るために、種々の病氣に侵され易く、從つて實扶的里にも罹り易い、而して麻疹の際に起つた實扶的里は單獨に起つたものより治癒し難いものであるから、殊に注意を要するのである。次に注意すべき者は結核である、麻疹後に從來潜んで居た結核が擴がる事が有る、又從來進んだ結核を持つて居る者は一層增惡する事が往々あるのである。

麻疹に就いての一般の注意及び手當

麻疹は誰れも殆ど一度は罹る病氣であるけれども、上記の樣な危險があるから三歲迄位の小兒、虛弱の小兒、殊に結核の疑のある者等は隔離するが宜からうと思ふ、手當は平臥安靜と云ふ事が第一に必要である、我が國では麻疹の後は一ヶ月間寢させて置けと云ふてゐるが、若し實行出來れば實に安全な方法であると思ふ、然し麻疹と判れば醫者にもかけぬ樣な有樣であるから、一ヶ月はとてもむづかしい、其れであるから私は輕症なものでも下熱後八日乃至十日位就褥せしめ、それから室內で起てゐることをゆるし二三週を經過してから學校へ出す樣にして居

る、この位の注意をしても、下熱後二三週間の間は、少しの運動で直きに三十七度五六分の熱が出るものである、それから我國でも西洋でも痲疹の出の悪いのを恐れる習慣があるが、熱が高く全身の容體が悪くつて發疹の少くないのは佳い徵候ではない、又肺炎等が起ると發疹が見にくゝなる事があるから、この言は一部眞理であると思ふ、發疹する時に甚だしく冷やすのも又よくない事であると思ふ、然し氣管枝炎等のために溫濕布をするのは却つて發疹を促すからよい事であると思ふ、この他眼や口中を清潔にする注意が必要である。

小兒の食事振り

小寺照二郎

子供の食事する所を傍から觀察して見て居るとなかなか面白いものであります。

行儀よく坐はつて食べてゐるのもあれば、片足を流して食べて居るのもある。

食事は禮儀の中心であり、且つ各國その食事の法式がありますから、妄りに國風を破壞すると云ふことは愼むべきことでありますけれども、衞生上より忌憚なく批評を加へて見ますならば、第一に、日に三度づゝ長い間膝を折つて正坐することを小兒に强ふるのは、抑も最良の方法とは考へられません。併し片足を流して坐はることは一層宜しくない、殊に小兒が片足を流して坐わるときには身體の姿勢が潰れ、脊柱は側方に彎曲し、從つて內臟の位置も無理になりますから、その宜しくないことは明かであります。斜の姿勢にて茶碗を持つた所は、小兒であるから滑稽と云へば滑稽であるが、衞生上からは勿論のこと、行儀と云ふ點から云ふても決して宜しいことではありません。それでは胡坐をかゝして食事させては何うかと云ふことになりますが、衞生上から見ては一番宜しからうと思はれますが、行儀の點から見れば最

も無作法で許し難いことであります。然らば遂に何うするのが最善の法かと云ふ問題になりまするが、行儀を重じて、縦令脚がシビレても嚴重に端坐して食事せしむるやうにするか、衛生に重きを置いて、胡坐して食事せしむるか、兩者その一を擇ばなければならぬ譯であります。若しシビレを厭ひ、胡坐を惡むと云ふならば、西洋風に食卓に向つて椅子に掛けて食事せしむるより他に仕方があるまいかと思はれます。併し西洋風にするには、家の構造その他の點から種々の不都合があるとか、或は絶對的に西洋風は嫌ひであるとあれば、これ亦感情で強ふべき限りではありません。

　次に子供の食事して居る所を見るに、略ぼ法の如く茶椀を持ち、箸も正式に持つて食べて居るのもあり、又椀を下に置いたまゝ二本の箸を束に握つて突いて居るのもある。

これは年齢に依り、又天性の器用、不器用にも依ることであるが、所謂躾、又練習せしむるとせしめざるとに依ることで、別に衛生上から批評を加ふべき程の意味はない、只多少小兒の精神の發達を觀察し、手の技巧の特質を考ふる上に於て、幾分の參考となるまいかと思はれます。

　それから食事しながら、一口毎にハナをすゝる兒がある。

これは一時性の鼻感冒でなければ、慢性の鼻加答兒に罹つて居るのでありまして、行儀の上からは勿論のこと、衛生上に於ても甚だ宜しくない、これは食事の前には必ずハナをかませ、甚しいものは治療を加ふる必要があります。

　小兒は食事の際に屡〻飯粒や魚肉の塊を膳の上或は疊の上にこぼす、而して指を以てこれを拾ふて食す、これは常に見る所の事柄である。

この飯をこぼし、魚肉を落すのは、箸を使ふことの六ケしいと云ふことが第一の原因であるが、元來米飯或は骨附の魚肉を箸で食べると云ふことは、餘程の練習を要することであります。西洋人に純日本式

の御馳走をすれば、よく解かることであります。小兒には無理もないことで、漸次熟練せしむるより他に仕方がない、匙を以て食べさせて見ても、全くこぼさぬと云ふことは困難である。この物をこぼすと云ふ、その事は別に衛生上何等の意味もありませんが、物をこぼせば、小兒は直ぐ指で以て撮んで口に入れる、疊の上に落ちたものでも何でもかまひません、これが衛生上看過し難い事なのであります。疊と云ふものは御承知の如く先づ不潔なものであります、大掃除の時に日の當る所で敲て見れば、何時まで敲いても無限に塵埃が出るのを見れば思半に過るものがあらうと思ひますが、處嫌はず歩き廻る所の足を擦りつける疊であります、思へば隨分不潔なものである、その疊の上に軟かい御飯がこぼれる、これを撮むで口に入れゝば、何物がこれに附著して消化器の内へ輸入されるか分かりません。虎列拉、赤痢、窒扶斯等の細菌は、一粒の米飯に幾萬も附著し得るのであります。これを考ふるときは、米粒のモツタイナイことよりも小兒の身體の貴いことを考へなければなりません、飯粒を棄てることすら罰の當るべきことならば、これが爲に小兒の身體を危險に陷れることは、迚も比較することの出來ぬ程罪の重いことであります。田原藤太秀郷は、將門が落ちた飯粒を拾ふて食たのを見て、共に大事を謀るに足らぬ人物であると見限つたと云ふ話でありますが、今日では少なくとも衛生上から見限られることになるだらうと思ひます。右は落ちた飯粒に就ての話でありますが、尙ほこれを拾ふて食べる小兒の手に就て少しく取調べなければならぬ箇條が御座います。即ち直ぐの今まで、家の前で犬の頭をいぢつて遊んで居た手、庭の土いぢりをしてゐた手、外で球投げをして居つた手である、著しく不潔が目に立たねば決して洗ふものではない、爪の間は眞黑になつて居る。この手、この指を以て食物を撮むで食べることの衛生上如何のものであるかは、問題の限りでなからうと思ひます。故に手の潔不潔を問はず、小兒の食事

する前には、必ず石鹸を以て手を洗ふことにして置くことは、甚だ望ましいことであります。

多數の子供の中には、非常に忩卒に食事をする子供がある、眼をパチ〳〵しながら、鼻を怒らして大急ぎで御飯を搔込む子供がある。

學校に行くに時間が遲くなるとか、門前に遊仲間が待つて居るとか云ふときには、これは忩食するのも當前であるが、さることもなきに常にセッカチな食べ方をする小兒があります。これは多くは所謂神經質の小兒であります。斯樣にセッカチな食べ方をしては、咀嚼が不十分になり、物に依つては一時に多量の食物を攝取し、場合に依つては割合に少量の食物しか攝取せぬと云ふやうに分量が甚だ不規則になりますから、兎角消化障碍を起し易い傾があります、故にこれを制して、なるべくユックリ食べさすることは、單に當面の消化障碍を防ぐのみならず、斯樣な神經質の小兒の敎育として頗る重要なことであらうと思はれます、彼のナポレオンと云ふ人も矢張セッカチの方の小兒であつたと見えまして、ナポレオンのお母さんは、その子にパンを與へるときに、幾つにもパンを小さく切つて、一々それを紙に包んで與へたと云ふことであります。なか〳〵利口な方法だと思ひます。

食事をする間に、幾度も水を求むる子供があり茶や汁をかけなければ食べぬ子供もある。

食事の間に水を飲み、茶や汁をかけるのは、主として習慣でありまするが、小兒の水を欲しがるのは一は生理的に胃液の刺戟或は胃の充血などゝ云ふことより多少その必要があるのではなからうかとも思はれます。私はその邊の事までは硏究して居りませぬが、多數の小兒の食事する所を注意して觀察致しますのに、どうも食事の間にオブーを請求する子供の多いのを見て、さう感ずるのであります、それで水を與へて宜しいか、或は與へぬ方が善いかと云ふことに就ては、只今確かな事を申上げる譯には參りませんが、自分だけの臆說としては、少々づゝは與へ

ても宜しいと思ふて居ります。胃液を薄くすると云ふ嫌はありますけれども、或はこれに依て反つて胃液の分泌を催進する效があらうかと考へられるのであります。併し茶や汁をかけて食べることは全然不賛成を唱へなければなりません、これは間に水を飲むのとは異つて、始から唾液を薄め、或は反つてその分泌を妨げ、咀嚼を不十分ならしめ、鵜嚥、早食の便宜を與へ、何れの點から考へても惡い習慣であります。これは獨り小兒のみならず、成人に於ても宜くない癖と思ひますが、親、殊にお祖父さん、お祖母さんなどに茶漬好きの人があれば、その子その孫は、容易にこの習慣に陷るものであります、それも東京の所謂番茶ならば、まだしもでありますが、濃い茶をかけて小兒に茶漬をすゝらしむることは甚だ良からぬことであります。

子供のカユイカユイ

疼痛の苦痛なることは固よりであるが、疼痛までには至らぬ搔痒の感覺もなか〳〵辛らいものである。小兒はこの搔痒の爲めに苦むことが比較的多い、カユイ〳〵で以て一晩眠らぬことが往々ある。晝の間も周圍の人が殆ど煩累に堪へぬ程搔痒を訴ふることがある、斯うなれば學校に行つても少しも授業に身が入らぬものである。依て今そのカユイ〳〵の原因を調べて見やうと思ふ。

蟲類　蚤、虱、蚊、南京蟲、疥癬蟲等の刺されて痒がることがある。蚊、蚤、虱は大抵誰でも知つて居る蟲であるから、直ぐ發見することが出來る、驅除法も知つて居るから別に云ふこともないが、蚤に依てペストが傳染され得ると云ふことである。虱に依て濕疹の起ることも事實である。蚊に刺されて麻刺利亞が起る、但しその蚊は一定の蚊で、何れの蚊も麻剌利亞を媒介する譯ではない。南京蟲はこれを驅除すること非常に困難である。搜索しやうと思つて燈をつけると直ちに隱れる、然し蚤と同じく除蟲術

の粉を撒布すれば一時退治することが出來る。疥癬蟲は、即ち疥癬、俗に所謂ヒゼンを起す蟲で、指の間、手の附根の部分、腋窩、膝の後などに皮膚に好んで巣を造つて繁殖する厭な蟲であるが、これが寄生すれば非常に痒い、惡く痒いものである。殊に牀に就いて少し温まるとき著しく痒くなるものである、その爲に無闇に爪を以て掻くので濕疹を起して來るものである。これは疥癬を煩つてゐる人間、犬猫の如き動物及び被服、夜具などより傳染するものであつて、決して成人とは限らぬ、哺乳兒にも傳染する、哺乳兒は顔面を疥癬に侵さるゝことが往々あるから氣をつけねばならぬ。これを退治するには硫黄の軟膏や石鹼、その他種々の塗藥を用ひ、度々湯に入つて、衣服や夜具などを新にするのである。蟲と云へば以上のものとは種類が異るが、蟯蟲と云ふものがある。これは腸に寄生する所の小さな蟲で、肛門の方に下つて來て、外にも匐ひ出るので、往々小兒はこれが爲に痒さに惱まさるゝことがある。痒さのみならず種々の消化器の症狀を起すこともある、これが發見されたならば、蟲下しを飲み、或は醋を薄くして灌腸をして效がある、併し醫師の診察治療を受くべきものである。

○○濕疹　俗にミツクサなどゝ云ふ、名の如くグシヤグシヤして瘙痒のあるものである。小兒、特に身體の弱い性質の小兒に多い。時としては殆ど全身を侵すこともあるが、通常頭部、顔面、陰部、肛門などが好く出來る處である。これは何でもないやうなものであつて、素人療治ではなか〳〵癒らぬ、往々反つてます〳〵惡るくし頑固にすることが多い。

○○汗疹　アセモである。小兒は夏になると顔面、臀部其他殆ど全身に汗疹を生ずることがある。惡く大切にして、蠶を飼ふやうに小兒を温める親は、冬でも汗疹に苦ませる。これは湯をつかはせて、よく乾かした後に亞鉛華澱粉、或はこれにサリチール酸や滑石を混ぜた粉を撒布して置けば治癒する。

○○蕁痲疹　カザホロシこれも屢々小兒に發する、ひど

く痒がるものである。眞中の處が白く周圍が紅く少し隆つて居る豆或は隱元豆位のボロ〳〵が顔や胸や肢脚などに出來る、温くすると消え、少し風に當ると見る中にハラ〳〵と赤く顯はれて來る、夜牀に就てから甚しく痒くなつて小兒は善く眠られぬものである。原因は種々で、昆蟲類の刺戟に由ることもあり、蟹や覆盆子を食べて出來ると云ふものもあり、胃腸が惡くつて發することもあり、ある藥の爲に發することもあり、全く何の爲か分からぬやうなことも往々ある。大抵二三日で自然に治癒するものであるが、中には非常に頑固で容易に治癒らぬものもある、小兒の痒がる時には柚の皮で擦つてやる、或は酢で洗つてやつても善い。併し飲藥の必要な場合が多いから、矢張醫師の診察治療を受けるのが本統である。

痒疹　これは二三歳の小兒に多い皮膚で、小さな結節が出來て皮膚がザラ〳〵になり、非常に痒がるものである。夜間褥中にて温まればます〳〵痒さを增し、爲に小兒は甚しく苦しむものである。大抵膝の下から始まり、腿、膊、腹と段々病勢の甚しくなり、長引くに從つて上の方に進むものである。これは迚も素人療治にはいかぬ、醫師もこれには難儀することが多い甚だ頑固な病氣で、餘り性質の善くないものである。

其他は痲疹や疱瘡の治り際、肝臟や腎臟の病氣で全身に痒みを覺ゆる場合があるから、小兒がこれぞと思はれる原因もないのに餘り搔痒を訴ふる時は醫師の診察を乞ふべきものである。胃腸の障礙、糖尿病、種々の藥品の中毒等に由て搔痒の起る場合もある。

小兒のカユイ〳〵は、大抵右の如き原因に由つて起るのである。

齒牙の發生

小兒の齒は大抵左の如き順序に生えるものである。

中央の下の門齒　二個　五ヶ月乃至七ヶ月

中央の上の門齒	二個	八ヶ月乃至十ヶ月
外側の上の門齒	二個	
外側の下の門齒	二個	十一ヶ月乃至十二ヶ月
第一小臼齒	四個	十四ヶ月乃至十六ヶ月
犬齒	四個	十八ヶ月乃至二十ヶ月
第二小臼齒	四個	二十二ヶ月乃至二十六ヶ月

即ち普通健康の小兒にありては、一歲の終には八枚の門齒が出來、二歲の終には第一小臼齒と犬齒が生えて十六枚となり、三歲の終には第二小臼齒も生えて都合二十枚の乳齒が出揃ふ譯である。而して五歲乃至六歲に至つて第一大臼齒が出來れば即ち第二生齒期となつて、乳齒の根は自然に吸收されて弛み、再び前の順序に從つて拔け變り、十二三歲で第二大臼齒が出來て二十八枚の永久齒となり、二十歲後に至つて所謂智齒を生じて全數三十二個となるのである。

略ぼ右の順序であるが、各小兒多少の遲速はある。稀には生れた時に已に齒の生えてゐる小兒もある、所謂過早生齒で、大抵下顎の中央の門齒である、一本のこともあり二本のこともあるが、その齒は尖端が尖つて、黃色味を帶び表面が粗糙である。即ち琺瑯質が完全に出來ないのである、固く齒槽に嵌まつてゐることもあるが、グラ〳〵動くのもある。これは鬼齒などゝ稱して忌む人もあるが、或は將來非凡の人となる相であると云ふて悅ぶ人もある。反正天皇樣なども御誕生の時に、既に御齒が三枚あらせられたので三齒別の皇子と申上げたと云ふことである。これは健康上に於ても別に大した關係はないやうであるが、これに反して齒の生え方が、著しく遲れる場合には、或は何ぞ病氣があるのではなからうかと云ふことに注意しなければならぬ。生齒の遲れる原因としては、日本には餘りないが佝僂病、即ち英吉利斯病、腺病、それから黴毒などに罹つて居れば齒の生え方が遲れる、其他の榮養障碍に由つても遲くなる。

尚ほ注意すべきことは、齒の生える前には、齒齦が少し腫れるので、多少ムヅ痒いやうな不快な感覺が

あるから、小兒は指を口に入れ、或は著物の袖を噛み、涎が多くなり、口邊に濕疹を生じ、又涎を多量に嚥込む爲めか消化障碍の症狀を起すことがある。その他熱を出し、不安、不眠、不機嫌となり、何が大病の前徴ではなからうかと疑はれることもある、併しその中に歯が現はれて總ての症狀自ら消散するものである。

小兒の排泄物

小兒は、生れて一二日は殆ど眠つてばかりゐて餘り小便をしない、一日三十グラム位のものであるが、乳を飲む量の増すに從つて段々量が多くなる、而して殆ど哺乳の度毎に排尿する、普通一日二百グラム位のものであらうが、半年以上になれば五百グラム、一歳以後になれば千グラム以上の尿量となる。色は極く淡く透明で、臭氣もない。二歳後になつて乳の他に多少他の物を飲食するやうになれば黄色を帶びて臭氣がつく。

小兒が生れて一兩日或は一二週の間に少量づゝ赤色の小便をすることがある。襁褓にも黄色或は赤色の粉となつて沈著する。これは分娩に手間取つた小兒に多い、殊に假死の狀態に陷つて生れた小兒に多い。されば腎臟の内に尿酸鹽が塊まるので、それが尿と共に溶けて出て來るのである、血ではない、一寸血尿と間違つて驚かされるものである。斯樣な小便は、排尿時に刺戟があるから小兒の泣方が烈しいものである。乳又は薄い一番茶に少し砂糖を入れたものなどを餘計に飲ませて、早く出してしまふ工夫をしなければならぬ、併し勿論醫師の診察と處方とを待つて行ふべきことである。

次には大便、小兒が生れると直ぐ排泄するのは胎便、俗にカニババと稱して濃綠色粘稠の便である、併し臭氣はない、時としては分娩後直ちに排泄せずして二三日を經て始めて通ずることもある。胎便は、顯微鏡で見れば、細胞や軟かい毛や脂肪、其他黄色

い塊のものなどを含むで居る、つまり胎内で嚥込んだ物の吸收せられずに殘つた分である。

それから後の便は、色も質も丁度半熟卵のやうなもので、一日二回乃至四回が普通である。乳兒の便は矢張臭くない。

小兒が病氣に罹れば、便の性質が變化する、健康兒の便も久しく空氣にさらして置けば綠色になることがあるけれども、消化不良の時には特に綠色のことがある。又血が混じつて居れば赤色或は褐色又は黑色になる。併し服藥して居る場合、例へばビスムートなどゝ云ふ藥をのめば、その爲に黑くなる。その粘稠の度も或は粥の如きこととなり、又は全く水の如くなり、中には粘液を混じ、顆粒狀を混ずることがある。この小兒の大便の性質、その變化は診斷の上に極めて重要の事柄であるから、子供を育てる人は、能く便の性質に注意することが必要である、小兒が病氣に罹つてゐる時には、必ず毎回便を檢査して、大體その性質を醫師に告げなければならぬ。

兒童の發育と貧富

東京醫科大學衞生學教室の古瀨醫學士は、富家の小兒と貧家の小兒の發育狀態を比較研究する爲に、その材料として、一方に於ては學習院、精華小學校、曉星小學校、高千穗小學校、高等師範附屬小學校第一部第二部の男生徒七千六百五十七人、女生徒四千八百八十六人の體格檢査、一方にはこれに對して下谷萬年町、四谷鮫ヶ橋、芝新網、靈岸島、淺草玉姫町の各特種小學校生徒の男女兒各六千餘名の體格檢査成績に據り、これに全國の學生々徒の體格檢査成績に依て中等發育兒童の標準を定め、これを種々對比して、甚だ有益にして興味ある研究をせられたるが、その中に於て左の如き注目すべき諸項あり。

●富兒と中等發育兒との比較

一、身長、體重は男女共に富兒は中等發育兒に勝り、其の胸圍は男女共中等發育兒に劣る。

二、富兒は中等發育兒に比し身長は全小學期を通

じて各年平均四・二センチメートル、女子は三・五センチメートルの優勢を示し、體重は男〇・九キログラム女〇・九キログラム勝れり、而して其の胸圍は男〇・八センチメートル、女二・七センチメートルだけ中等發育兒よりも劣れり。

●貧兒と中等發育兒との比較

一、貧兒は男女共其の身長體重並に胸圍が中等發育兒よりも劣れり。

二、貧兒は中等發育兒に比し全小學時代を通じての各平均に於て、身長は男一・四センチメートル、女一・二センチメートル、體重は男〇・九キログラム、女〇・六キログラム、胸圍は男一・三センチメートル、女〇・九センチ メートル、劣れり。

●富兒と貧兒との比較

一、身長體重は、男女共富兒優れり。

二、胸圍は、男子に於ては七、八歲に於て貧兒勝ると雖も、九歲以後は各年富兒勝れり、而して女子に於ては全小學時代を通じて富兒劣れり。

三、全小學時期を通じ各年平均、富兒は身長に於て男五・六センチメートル、女四・七センチメートル、體重は男一・九キログラム、女一・六キログラムだけ貧兒に勝れり、而して胸圍は男〇・五センチメートルだけ富兒勝ると雖も、女子は一・八センチメートルだけ貧兒よりも劣れり。

四、貧富別兒童の發育上の差の顯著なるは男女共大體に於て十二歲以後なり。

而して最後に、その所論を總括して『以上を通覽して、吾人は富裕なる家庭の兒女を教養すべき任に當れるものに向て、此等兒童の胸圍を增加せしむべき樣の注意を必要とし、殊に女子に向て其の要の切なるものあるを警告す、又貧兒に向ては、其の榮養狀態を佳良ならしむべきやう何等かの救濟を必要なりと信す、但し其は國家の力を借ると私人の恩惠に待つと敢て識者の解を待たんのみ』と云へり。

家庭衛生

衛生上より見たる茶の湯

佐渡　竹中成憲述

茶の湯は衛生眼を以て視ると色々改善して貰ひたき事がある、其悠として迫らざる所に價あるので時間のかゝる事は是はたとへアメリカ流に「時是金」又は是以上の事をいふてをるが是は仕方がない、然し衞生に關する事は生命に關することゆゑ一日も猶豫ならぬ道理である、何れ近き將來に於て茶の湯道のルーテルが出るであらう。予は其道のものでなきゆゑ見たところに誤もあらうが却て岡目八目で穴が見えたかもしれぬ、兎に角參考とならば、幸である。

▲帛(ふくさ)又服紗

は衛生上最も注意を拂ふべき品物也、帛(ふくさ)は爐縁、環、釜の蓋、棗、茶杓、杓柄等茶器を拭ひ茶碗等を載せ、其他にも用ゆる必要品で、外出するときは勿論、自宅に在ても來客の前に出づるときは必ず懷中すべきほどのものである、故に「ふくさ」は衞生上より言はゞ白布を以て作り屡ゝ洗濯なさゞるべからず、然るに茶道の「ふくさ」は如何、普通紫鹽瀬で作り、妙齡の婦人又は六十以上の老人は緋鹽瀬などにて作り自慢氣に『是は最早二三十年も使ひます』など言つてをる、布巾(ふきん)又は上流の「ハンケチ」の用をなさしめたるものを何十年も洗はずに使用されてはたまつたものにあらず其持主が肺病やみでもあつて鼻紙と一所に懷中されたら如何である。

▲茶筌(ちやせん)

は之れを使用して清淨の場所に仕舞置かば素より妨なきに似たり「ちやせん」は流儀に據り差あれども千家は煤竹(すゝだけ)他流は胡麻竹(ごまだけ)白竹などにて作り、何回にても使用し、甚しきは穗先折れ

て茶に交り咽喉に「とげ」を立つることなきにしもあらず。

されば割箸と同じく一度限用ゆるものならしめば頗る清淨である、兎に角穂が五十七本(中荒四十六本、荒穂三十二本)もあるゆゑ不淨のものが穂の根に附著し易い。

一度限の「ちやせん」もなきにあらず、空也堂(くうやだう)と稱する一種は青竹にて作り粗末の品で正月の大福茶に用ひ一度限りのものである、是が大に衛生に良しと思はれる。

▲茶巾(ちやきん)

茶巾布(ちやきんぬの)といつて、是は眞の布巾(ふきん)で麻布である、初は清潔にちがひなきも指にて其濕りたるものを、つまむことがある、是は箸にて扱はねばならぬ。

▲茶碗

茶の湯の茶碗となると多くは「デコボコ」して「ガサガサ」して居る。之を風流がつてをるが此凹凸粗糙なるは黴菌や汚物が附著し易い、滑かなる白色のものにせねばならぬ。

▲茶碗の洗ひ方

客が茶を呑み仕舞て茶碗を出してから右手にて茶碗を取り左の掌(てのひら)に乘せ、柄杓(ひしやく)で湯を入れ廻して水翻(こぼし)へこぼすまではよろしきが、此の湯の量が非常に少い、とてもアノ量にては茶碗が清潔にならない、別に桶のやうなものを受けて水を多量にかける事にせねばならぬ。

▲棗の置き方

左手で棗(なつめ)を取り右手で其蓋(ふた)を取り其「ふた」を上に向けず内を盤に向けて下に置くではないか、是は是非。上に向けてもらひたい、茶道にては其盤の部(中央の半盤=道具盤)は足にて決して蹈むところさしてないが、兎に角盤であると洋食テーブルの白布と同一視することはできぬ、但志野流に在ては右の蓋を服紗の上に置く。

▲濃茶廻し呑みの事

一碗の茶を數名の來賓に廻のみさするのは、頗る迷惑である、是は說明するまでもない。

ヨグールト

ドクトル　エー、ロート述

井上小七譯

人間の生命を人工的に延ばさうと云ふ考は隨分古くからあつたもので、種々のことが試みられた。不死の藥を探したものもあれば、さう云ふ藥を製造しやうとして骨を折つたものもある、併し何れも只世の話草になつてしまつた。

然るに近頃又この問題が稍〻物になりかけて來た、卽ち自然の方法を以て生命を延べることが出來やうと云ふのである。實際人の能く言ふ通り、餓て死ぬるものよりも食過ぎて死ぬるものゝ方が多い。これも一の眞理であるが、併し多く食物を攝取することだけに罪を歸する譯にはいかぬ、これには尙ほ種々の原因もあるが、殊に腸の黴菌が有害の作用を及ぼすとはメッチニコッフの說である。それで若し長生しやうと思ふならば、他の性質の善い黴菌を腸に入れて、有害の菌を撲滅することが必要である。

所でこゝに一つ面白い事實が發見された。と云ふのは、彼のブルガリア、近頃土耳其と喧嘩をして居る邊であるが、彼のブルガリアの人民には大變長命の者が多い、實際調査をして見ても百歲以上の者がなか〳〵多い、これは何う云ふ譯かと云ふに、此處の人民は平常種々の調理をしてヨグールトを飮んで居る、而して長壽を保つのも主としてこのヨグールトの御蔭であると云ふて居る。

ヨグールト Yoghurt と云ふ名は、直き近年まで西洋人間にも餘り知られてゐなかつたが、近頃は誰でも知つてゐる、ヨグールトと云ふのはブルガリア語で、元はジエリーと云ふ位の意味の言葉である、東洋ではマヤ酵素を加へて濃厚にした酸い乳のことで

ある。ブルガリア人は日常これを用ゐてゐる。これを造る材料には羊の乳或は水牛の乳を用ひるのであるが、牛乳も用ひられる。羊の乳で造つたものが最も上等で味も好い。これを造るのには先づ乳を強く煮なければならぬ。その時間は乳の新鮮の度に依て多少の加減を要する。それからこれを大きな容器に入れて、なるべく溫を長く保つやうに布や皮を以て包むで置くのである。而して溫度が大概攝氏の四十度か五十度位に降つたならば、その一部分にヨグールト或はマヤ酵素を攪混せて、その餘の乳と共に十二時間そのまゝにして置く、さうすれば自然に醗酵して、ヨグールトが出來るのである。而してその稠度も隨意にすることが出來るので、ある人はプッチング或はジエリー位の稠度にして用うる。ある人はヨグールトを更に新しい牛乳に混せて飲む人もあれば、パンに塗つて食べる人もある。又は果物の汁に混せて飲むのが一番うまいと云ふ人もある。様々に用ひられる。

これを造るのは右の次第であるから甚だ容易なやうであるが、これにも多少手加減がある。醗酵素がなければ勿論出來ないが、この醗酵素は容易にその作用と持久性を失ふものである。普通液状のマヤを乳に植ゑるのであるけれども、乾燥したヨグールトの殘りを應用して醗酵さすることも出來る。ブルガリヤ邊のものは、經驗上日光に晒して乾かしたマヤ酵素は長く役に立たぬと云ふてゐる、これはつまり乾燥せしめる間に、他の黴菌が澤山混ずるからである。正當のヨグールト醗酵には、乳酸菌も手傳ふのであつて、その變化產生物に由て一種固有の臭や味が出來るのである。慣れた人は既にその臭で以てヨグールトの出來の善惡が分かる。ヨグールト乳は一種固有の爽快な味と、特有の佳い香がある、一寸牛酪酸の香である。(日本の人は或は好まぬかも知れぬ、併し少し慣れば大抵の人は好きになるであらうと思ふ)

この酵素の醗酵力が減少することの外に、尚ほ一つ

面倒と云ふのは、凡て器物を十分清潔にし、又溫度を一定し、種々の調理をすることである。

それで面倒と云へば多少面倒であるが、ヨグールトは確かに造るだけの價値がある。先づ第一に非常に消化が良い、蛋白は牛乳の倍ある、脂肪や乳糖も矢張著しく多量に含むで居る。その消化の點に至ては、恐らくこれ程消化の良い食物は餘りあるまいと思ふ、それに乳の鑛物質、主として燐酸石灰であるが、これが醱酵の爲に溶解性のものになつて居るから、容易に身體に同化される譯である。

ヨグールトは、單に滋養に富んで消化が良いと云ふばかりでなく、又その治療的效能が大に價値のあるものである。即ち前にも述べたる如く、腸内に居る所の有害物に對して非常に效がある。消化器内に於ける異常の分解、不合理の生活法、過剰の肉食、飲酒過度等の爲に、腸内の有害細菌は良性の細菌に打勝ち、且つ榮養物の澤山あるが爲にます／＼勢力を加へて盛に繁殖し、腸内に於て慢性の中毒を起さしめ、諸種の疾病を釀し、一面に於ては生命を縮め壽命を早めると云ふことになるのである。

メッチニコッフ氏は、單に幾分か生命を縮めるとか長命するに不適當であるとか云ふだけでなく、この有害なる腸の幺微機生體は、更に重大なる疾患を惹起すに足ると云ふて居る、即ち痛風、僂麻質斯、膽石、糖尿病及び諸種の腎臟病、胃加答兒並に腸加答兒等も、この有害黴菌の分解作用に基因すると云ひ、加之ならず、これから漸く一人前の男にならうとする血氣盛の青年を犧牲にする所の彼の盲腸炎、これは非常に多いものであるが、これも此の微生物の作用と密接の關係があると云ふのである。

兎に角ヨグールトは、腸内の醱酵腐敗を抑制し、自家中毒を防ぎ得る力を以てゐると云ふのは獨りメッチニコッフ氏だけの意見ではない、且つこの佳良の作用は、腸の有害細菌が新に力を得て、その攻擊力を恢復するまで、長い間持續する。故の嗜好する物の中に於て、ヨグールトの如く消毒作用を呈するも

のは僻りない。

この外ヨグールトの佳良の性狀は、利尿の作用があり、且つ幾分か緩下の效あることで、これは婦人に取つては特に重寶さすべき性質である。又往々胃酸の過多に苦しむ人がある、この時にもヨグールトは大に有效である、即ち酸を鈍くする、且つ少量の重炭酸ナトロンと一緒にすれば確實に酸を中和するからである。何れの衰弱狀態にあつても安心してヨグールトを用ひて宜しい、往々著しく效驗の現はれることがある。

勿論一回ヨグールトを食べたからと云ふて、その效能の見えるものではない、一日、一週或は月餘もこれを用ひて始めてその效果が現はれて來るのである。而してその效果が現るれば、身心爽快に、健康に、彈力に富み、有爲になる。これ疑もなくヨーグルトは榮養を佳良にし、身體の頽廢を防ぎ、慢性腸加答兒の治癒を早め、體重を増し且つ消化を助くるからである。ヨグールトは何れの形にして與ふるも小兒に適することは勿論であるが、又男女を問はず老人に至るまで頗る適當のものである。

斯様な點から、吾輩は、ヨグールトに延命長壽の讃辭を呈することが出來る、ヨグールトは腸菌との戰爭に於ける有力なる同盟軍である。吾々は純粹の牛乳療法には殆ど堪へない、大抵の者は最早乳が咽喉を通らないと云ふが、ヨグールトは大抵の人は悦んで食べる、その美味を思ひ出す。斯様な次第であるから容易に肉食を節減することが出來、一方に於ては、飲酒も減じて來るから、從つて今迄輕んじてゐた粉食も再び味ひ得ることゝなり、家婦は益すヨグールトの重寶なことを認めるやうになつて來た。

然るに前述の如く、この食品の調製法は、將來ますます六ケしくなり、普通の家ではなか〳〵出來兼ぬる點もある。且つ今日の如く萬事忽忙の時世にあつては、斯様なものを造つて居る暇もないやうな譯である、そこで製造所が起つて、一部は已に出來て居る所の製品を供し、一部は有力なる黴菌を錠劑の形

にして販賣するやうになつたが、ある製造所では濃縮したヨグールト乳を罐詰にし、長く保ち、且つ何時でも即坐に用うることの出來るやうにした。約四百グラムの目方の罐が一箇二マルク七十五ペンニヒで賣られるが、之で以て大約八十半リーテルの新鮮なヨグールトミルクが一乃至二時間の中に造作もなく出來ると云ふことである。又一方では錠劑の形にして賣出されて居るが攜帶に便利である。これはヨグールトマヤ酵素の重要な黴菌を特別に培養して、純粹有效の形にして含ましめて居るものである。

ヨグールトに就ては醫師の添書や、患者の禮狀や、非常の效能書が無數にあるが、健康者にも推薦するに足る、日常の臺所の料理にも盛に應用したいものである。

但し、常に新鮮なるものでなければならぬから、確實な店から買ふことが必要である。

終に尙ほ一言すべきことは、ヨグールトは、常に吾人の周圍に攻寄せつゝある所の癌腫との戰爭に對しても恐らく役に立つであらうと思はるゝことである。兎に角ヨグールトは、この人生の害惡に對する豫防藥として大に推奬するに足る、尤もこの製劑の諸種の性狀に關しては、未だなか〳〵結論に達しないのである。

束髮止の醫術的應用

近頃は主に象牙、鼈甲、硬護謨などを以て髮を止めるやうであるけれども、二三年前までは金屬製のピンを以て止めて居つた、あのピンを醫療器械として應用して頗る重寶な事であると云ふて、その便利な箇條を數へ上げた御醫者がある。實際醫師と云ふものは、往々急場に當つて、器械の用意もない時には、頓智を働かして臨機應變の處置を取らねばならぬことがある。事は醫術に屬して居るから、何人もこれを試みよとは云はぬが、品物は婦人の頭に屬してゐるものであるから、一寸心得て置いて宜しからうと

思ふ。

一、U字形の屈撓性の針金で造つたピンは、値段が安くて、何處でも求められる、普通婦人の髮に插してある。

二、ピンは、その元形のまゝで、繃帶止或は罨法の布を止めるに妙である。例へば十字帶を掛けるときなどには殊に都合が好い。但しこの爲には、その端の方を少し曲れば固く止めることが出來る。又月日や其他の注意書をした札をピンの尖につけて繃帶材料に附けて置くのも妙である、兎に角この束髮止めは價が安くて、隨意の形に曲る事が出來ると云ふ事が便利である。

三、ピンの圓るい方の端を少し曲ければ、これは與、耳の中の小さな異物を取るには極めて重寶な器械である、この目的に用ゐるには、アルコールランプで燒くか或は五プロセントの石炭酸に浸して用ゆる。かう云ふ用向に使ふにはツル／＼に磨いたピンが宜しい、黑くないのがよろしい、即ち容易に且つ確實に消毒が出來るからである、さうして場合に由つては、用ゐた後で捨てゝ仕まつてもよろしい。

四、これは全く醫者だけの用であるが、前のやうに拵らへたピンは、肉芽の多い創や、附著物の多い創などを除り傷めずに搔うとする場合に都合がよい、尤も鋭匙の代用にはならない。

五、ピンを延ばして眞直にすれば、これは消息子の立派な代用になる、即ち傷や瘻孔を探ぐるに用ゆる、又上等の消息子では惜しいけれども、これなれば硝酸銀を塗つて、瘻孔を腐蝕するのに適當である、それから又知覺檢査をするに刺針の代用に出來る。

六、眼科の方では、矢張消息子として涙囊膿漏の療法に用ゆる事が出來る。澤山ピンを集めれば種々な太さの消息子を選むことが出來、又適當に曲て用ゆる事が出來る。かうすれば決して銀製の消息子にも劣らぬが、唯この時には極めて滑澤で其尖

きが圓るくなつて居る事が必要である、さうでなければ容易に假道を作つたり、粘膜を傷つけたりするからである。且つ消毒すべきは無論の事である。

七、危急の場合、例へば氣管切開をする必要が起つたやうな時には、ピンで以て鋭鉤を製くる事が出來る、卽ちピンの尖を強く曲げてこれを二本造くつて、軟部の創口、或は氣管の孔を開くのである。

八、出血して危險の場合に、現はれて居る血管をピンで止めて生命拾ひをする事がある、卽ち血管或は出血する部分を、ピンの兩脚の間に挾むで、卷き込むのである、而してほんとの結紮をする迄其儘にして置いて差支がない、この場合には曲り易くなるべく長いピンが適當である。

九、他に適當な器械の持ち合せのない時には、開瞼器をピンで拵らへる事が出來る、卽ちピンの圓るい方の端を程よく曲げて造くる、そしてこれを眼瞼に掛けて眼を開いて見る事が出來る。又單にピンの兩脚を少し擴げて、二本合せて眼瞼の遊離緣に掛ければ、其彈力で以て眼が開らかれて居る。

十、それから最後に、ピンを赤く灼けば角膜潰瘍の緣りなどを灼くには誠に都合がよい。コカインをつけて、行へば格別痛みもない。

牛肉の等級

牛肉の色は赤い、あれはつまり血液に富むであるからである、從つて味も良く滋養にも富んでゐる譯である。老牛の肉は硬靭くつて味が惡いことは誰も知つて居る、三四歳位の所が最も良い、日本の牛肉は世界中でも品質優等の方であると云ふ。肉の品質は部分に依つて異る、併しその等級のつけ方は各國皆異つてゐる、但し後、上の方、卽ち牛では脊の方の肉が上等で前下の方、卽ち腹や脚の方の肉が下等になつて居る、我國に於ける牛肉の等級別は普通左の如くである、ロースと云ふのは炙肉にする所卽ちロ

ーストの意味で、上等の所である、ランと云ふのは脊の所、ヒレと云ふのは腰の所の肉で何れも上等である。書き上げて見れば左の通り

一等肉

ラン	外脊部の内部
ヒレ	腰椎の内部
ロース	背筋の後部
イチボー	脊部
カタロース	背筋の前部
シンダマー	股の外部

この最後の二部は二等に入れる牛屋もある。

二等肉

ナカニク	外脊部
サンカク	膝の後部
カタサンカク	肩の後部
シタ	舌
ハラミ	横隔膜
バラ	肋膜
シヤクシ	肩

後の二部分は三等に入れる所もある。

三等肉

ハカマ或はハバキ	股の中部
ステツキ	股の内部

四等肉

シキンボー	脊の後部
クビツレ	頸筋
ブリスケ	胸骨の部

五等肉

スネ	脛骨の上部
ウデ	腕骨の上部
フランケン	腹筋
アタマ	頭部
チブサ	乳腺

毛髪の衞生

重症の全身病の後に頭髪の脱けるのは、榮養の惡くなつた結果に過ぎぬから、これに對しては別に何もする必要がない、身體の榮養が恢復して來れば、自然に髪の毛も生えて來るものである。全身の榮養が大切である。健康の場合に髪の毛が多く抜けることがある、この時には構はず毎日梳けづる、或はブラツシを掛けて宜しい、平常よりも屢々頭を掃除するがよい、病氣に罹つた毛は頭に止めて置いても何にもならぬ、早く除いて仕舞つた方が後の爲に宜しいのである。頭は一週間に一回づゝ洗ふ、最も良いのは綠石鹸で洗ふのが宜しい、而してその後で少しく油或はポマードを塗つて置くのである。それから時々規則正しく間を置いて、頭の皮膚に硫黄乳ポマード、(三・七五と三〇の割合に作つたもの)を擦込む。彼の禿頭病は、大抵は髪の養生方が足りないので起るのである。十歳乃至十二歳後の少女には、髪の毛を切らぬやうにしなければならぬ、然らざれば絹の如き性質を失ふものである。

含鐵鷄卵

いつぞや獨逸のフランクフルトに衛生展覽會のあつた時に、ウイースバーデンの藥劑師が、鷄卵を出品したことがあつた、その卵は頗る多量の鐵分を含有して居るのである。而してこれを醫藥として鐵劑の代りに用ひやうと云ふのである。それを試驗した人の云ふのには、實際飼養法に依て、鷄卵に多量の鐵を含ましむることが出來る、而してこの鐵分は人體に容易に攝取せられると云ふことである。普通の鷄卵も多少鐵分は含むで居る、然し特別に飼養すれば通常の卵の八倍程も多量に鐵を含ましむることが出來る。鐵を多量に含むで居るから、勿論療法上にも應用せられ、又普通の人の食用にも宜しい。第一値段が安いから健康者にも病人にも廣く用うることが出來る。

化學者のドクトル　アウフレヒトと云ふ人の檢査した所に據ると、この卵は百分中〇・〇二一一七の酸化

鐵を含むでゐて、灰分百について二・六五の酸化鐵がある、普通の鷄卵は百分中〇・〇〇四三五の鐵で、灰分百について僅かに〇・三九の酸化鐵を含むで居るに過ぎない、それで右の方法で得た卵は大約普通の卵の八倍も鐵を含むで居る譯である。且つその鐵の含量は大抵一定してゐることは、大に價値あることである、この卵を得る爲には、通常の方法よりも別段六ケしい飼養法も入らぬから、卵の値段も僅かに普通のものより高くなるに過ぎない、一厘か二厘高くなるだけである。これは一つ地方に於ける生産の助けともならうと云ふ譯であつた。又この卵に鐵を含ましめる所の、特種の飼養液の製造者の云ふ所では、卵に多量の鐵を含むけれども、これが爲に卵の見た所も味も變らぬと云ふ。果してさうとすれば、これは無論藥用に供することが出來る、特に鐵劑の必要があつて、而かも藥が嫌いと云ふやうな病人には誠に適當なものである。

その後この鐵卵は流行したか何うか知らぬ、餘り評判を聞かぬが、鷄を飼養して居る人は、一つ我國でも試みては何うであらう。



○託兒場の新設

東京市特殊小學校後援會にては、淺草なる玉姫特殊小學校其他七個所の貧民小學校に在學せる兒童が、兎角缺席勝ちなる其の原因を取調べたるに、大部分は右兒童等の家庭に於て生活難の爲めに一人にても米を喰ふ口數を減らさんとして、子供が八九歳となれば職人又は商店の小僧などに住込ませる事と竝に幼兒の子守りの爲めに缺席するものと知れたれば、之を防ぐ方法として先頃敷地續きの地に三棟にて三十八家族の住居し得べき長屋を建設し、同校に通學する兒童の父兄等に限り低廉なる日掛法の家賃を取

立てゝ住居せしめ、之と同時に一棟の作業場を建て就學の餘暇を以て鼻緒又は突羽根等の内職を授けて良成績を示したるが、今回更に一棟の託兒場を新設し、場内には小形の椅子腰掛其他各種の玩具を備へ付け經驗ある一人の保姆を聘し、子供一人の預り料二錢宛を徴する事とし、而して此の二錢を以て一日二回宛菓子を買ひ與ふる事として開場したるに、今迄は兒守の爲めに缺席したる兒童は早朝より子供に二錢銅貨を添えて賴み來るもの多く、昨今にては十數名の多きに達し是等六七歳の男女の子供は何れも子供同志の馴染方も早く兄弟姉妹の如く思ひ〳〵の遊戯に耽りながら、保姆をばお婆あさん又はお母さんと呼びつゝ頗る睦まじく遊び居れば、父兄等は何れも東京市の厚意を感謝し居れりと、尙ほ此の託兒場にして果して豫想通の好結果を得れば追つては麻布、鮫ケ橋、下谷萬年小學校の二箇所にも新設する見込なりと云ふ。

○盲兒幼稚園

數個月前、伯林市ナウニン街に盲者幼稚園設立せられたり、これ歐洲最始のものにして、恐らくは全世界に於ける此種の設備の嚆矢たるべし。五官不全の兒童の學校教育は、普魯西に於ては、聾啞及び盲兒の教育に關する規定に據て取扱はるゝも、學齡前に於ける此等不幸のものに對しては未だ何人も著手せざる所なりき。保姆を雇ふことも家族がこれを世話する時間もなき貧窮の狀態に於て成長する所の盲兒は、その精神的發達の甚しく劣れるは勿論、その氣分及性格も、放恣と寂寞と無爲とに由て著しく障碍を被むるものにして、往々學校に於て教育を進むるの基礎を缺くものなり。この盲兒幼稚園の設立は、恰もこの不良狀態を救ふものと謂ふべきなり。唱歌に連れて行ふ所の輪舞の如き、普通のものゝ爲す所の幾多のものは盲者幼稚園に於ても應用することを得れども、その他のものは小兒の特性に適合せるものならざるべからず。最初は往々全く痴鈍の小兒も、著しく迅速に發達し、精神も活潑になるを觀る、

故にこの新保護施設は彼等の爲には大なる恩惠たることを知るべきなり、是を以て、その一般に普及せられむことは大に希望する所なりとす。

○衛生活動寫眞

香川縣に於ては、一般衛生思想の發達を促さんとの目的にて、高松市に於て衛生活動寫眞會を催したるを始とし、同縣各所に於て開催せられ、頗る好成績を擧げたる趣、同縣知事より其筋へ報告ありたりと。

廣告

○婦人衛生會例會

五月三日午後一時半より神田區一つ橋通り共立女子職業學校講堂に於て例會を開きたり、當日の講師田代博士は、多數の寫眞及び圖畫を示しながら、脊柱彎曲を起すべき種々の原因に就き面白き御話あり、日本には西洋よりも少ないやうなるが、氣をつけざれば、追々多くならむと注意せられたり。その講演筆記は追て本誌上に掲載すべし。

因に當日出席ありし本會役員の芳名は左の如し。

鍋島會長　濱尾副會長　鳩山春子
羽田三緒子　岡田德子　石川貞子
田村きよ子　丹波貞子　山口貞子
守屋千代子　其他

○本會入會者

○羽田三緒子紹介
●小石川區西江戸川町三十一
特別會員　子爵夫人　宍戸幾子

○事務所申込
●本郷區臺町五十三
通常會員　田原甫子

○新潟支會入會者

○關やす子紹介
通常會員　南保とし子

○轉居

●愛媛縣南宇和郡内海村中浦へ　石田てる枝子
●横須賀市逸見十四へ　杉本清美子

轉ばぬさきの杖

石橋臥波述　（製本出來）

民俗叢書第一篇

個人社會厄年の話

中判美綴　全一册　定價三拾五錢　特價貳拾五錢　送料四錢

厄年は人間海の颶風怒濤なり、この信仰は、如何なる處より出でたるか、本會は前篇に於て、男女個人の厄年に就て、その起原、沿革を述べ、生理上、心理上より、幾多の統計材料等を參考として説明し、更に古今有名の人物男女數百名の實際に照して、境遇上より判斷を下し、特に婦人に關しては、疾病、死亡、結婚、出産、月經の初潮、閉止期、自殺、情死等の各方面の材料を蒐めて精細なる説明を與へ、後篇には、社會の厄年——政變、火災、地震等の災異に就き、和漢洋の古來の事實に徵して詳述し、且つ、各地に行はるゝ厄拂の風習をも附記し、全篇口話體にして假名を振り、誰にでも讀める面白くて有益なる書物である。何人も一本を供へて轉ばぬ先の杖とせよ。

主要目次

發行所　小石川區原町二十三番地　振替東京壹貳四五〇番　人文社
賣捌所　東京　東京堂　北隆館　大阪　盛文館

私立大日本婦人衛生會役員氏名

總裁　東伏見宮妃周子殿下
會長　侯爵夫人　鍋島榮子
副會長　男爵夫人　濱尾作子

（いろは順）

幹事　鳩山春子
同　岡田徳子
同　山木多穂子
同　松平芳子
評議員　石川貞子
同　濱田捨子
同　服部繁子
同　西外子
同　緒方悦子
同　小川孝子
同　片山龜子
同　丹波貞子
同　田村きよ子
同　男爵夫人　南部郁子
同　山口貞子
同　古市幸子
同　岸澄子
同　三宅藤子
同　宮下咲子
同　羽田三緒子
同　高木銖子
同　三浦牧子
同　岩下ゆか子
同　長谷川仲子
同　仁禮壽賀子
同　土肥多越子
同　岡山とし子
同　男爵夫人　加藤鈴子
同　吉武輝枝子
同　高橋孝子
同　鶴原誠子
同　中濱芳子
同　子爵夫人　松井正子
同　伯爵夫人　阿部篤子
同　菊池粂子
同　宮本樂子
同　守屋千代子

婦人衛生雜誌代價及廣告料

代價		
一册	定價金貳拾錢	郵稅壹錢
三册（三ケ月分）	前金郵稅共	金四拾五錢
十二册（一ケ年分）	前金郵稅共	金壹圓八拾錢

廣告料

一頁六十二行　一行二十三字
壹頁　金五圓　半頁　金貳圓五拾錢
○特別廣告　壹頁金拾圓　半頁金五圓
○半頁以下行數ヲ以テ計算スルモノハ一行貳拾五錢

規定

○本誌講讀申込ノ節ハ前金三ケ月分以上本會事務所宛ニ送附セラルベシ但シ見本ハ郵券ニテ貳拾錢代用苦シカラズ○本誌休讀ノ節ハ速カニ報知セラルベシ通知ナキ分ハ講讀者ト見做ス但シ後金ニハ割引ナシ○轉居ノ節ハ新舊宿所通知セラレタシ

大正二年五月十七日印刷
大正二年五月二十日發行

編輯者兼發行者　東京市本郷區根津西須賀町九番地　荘司秋次郎
印刷者　東京市本郷區駒込林町百七十二番地　今井甚太郎
印刷所　東京市本郷區駒込林町百七十二番地　杏林舍

發行所　私立大日本婦人衛生會事務所
東京市麹町區富士見町二丁目三十二番地

賣捌所
東京市本郷區龍岡町　吐鳳堂
同市銀座四丁目　東海堂
同市京橋區鈴屋町　良明堂
同市本郷區本富士町　明文館
同市同區春木町　南江堂支店
京都市寺町二條南入　若林茂一郎
東京市日本橋區呉服町　北隆館
同市神田區表神保町　東京堂
同市本郷區本富士町　盛春堂
名古屋市榮町六丁目　丸善書店

婦人衛生雜誌第二百八十二號（大正二年）明治四十三年十二月一日〔毎月一回〕